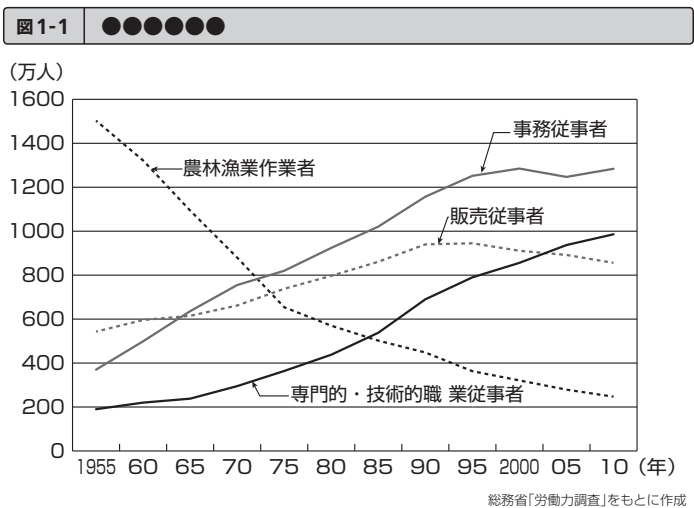


⊕ 眼を取りまく環境の悪化と、増大する眼の負担

ここ何年かで、眼をとりまく環境は大きく変化しました。

みなさんの日常風景を思い起こしてください。電車の中で新聞や雑誌を読んでいる人はめっきり少なくなりました。その代わりとなったのが携帯電話やタブレット端末、小型ゲーム機です。ほとんどの人が電車で座るなりそれらの機器を操作するといった状況です。膝の上にノートパソコンを載せている人までよく見かけます。

職場においても同じです。図●は総務省が定期的に行う「労働力調査」による、主要な職種別の1955年から2010年の従事者数推移です。最近の約60年で農業・林業・漁業の従事者は1503万人から247万人になりました。6分の1近くまで減ったこととなります。一方、専門職・技術職・事務職・販売職は、いずれも数倍に増えています。

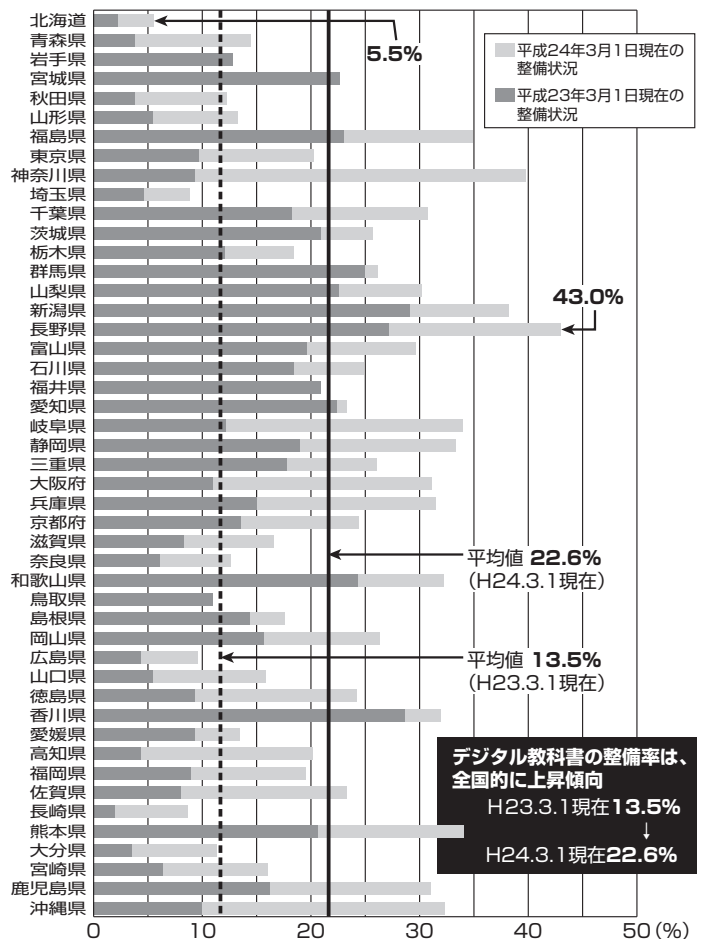


このグラフは日本の産業構造の変化を表しているだけでなく、日本人労働者の眼の環境をも表しています。パソコン画面や机上の書類などを見ることを常に強いられる「視覚労働者」が増えていることを如実に示しているのです。

「視覚労働」とは私が考えた言葉で、「眼を酷使する労働」という意味です。「デスクワーカーが格段に増えた現代の労働形態は、ほとんどが視覚労働といえるでしょう。「職場では1日中パソコンに向かっている」というスタイルの方が大半です。

こうした変化は大人に限った話ではありません。かつては室内での子ども遊びといえば、将棋やトランプ、五目並べといったものが定番でした。いつしかそれがテレビゲームに取って代われ、最近ではより小型の携帯ゲーム機が主流となりました。友達と一緒に遊ぶときにも、各自が持参したゲーム機のモニタを一心に見つめているといった光景が当たり前になりました。

図1-2 デジタル教科書の整備状況



文部科学省「平成23年度学校における教育の情報化の実態等に関する調査結果(概要)」をもとに作成

学校での変化はどうか。文部科学省は2013年に「平成二四年度学校における教育の情報化に関する調査」を発表しました。コンピュータやネットワーク、アプリケーションソフトウェアなどのあらゆるデジタル技術を使って実現される学習教材を「デジタル教科書」と呼びます。このデジタル教科書の整備状況は、2012年には全国平均で22・6パーセントでしたが、2013年には32・5パーセントに増えました(図●)。これからも増加していくでしょう。

このようなパソコンや携帯電話の普及が眼に大きな負担をかけ、「眼精疲労」を訴える人が近年急増しています。