

2 日本人になぜ近視が多い？



な原因といえるでしょう。

「外国で、メガネをかけてカメラを持っている人を見かけたら日本人」——かなり言い古された言葉ですが、この言葉が物語っているように、日本はまさに近視王国となっています。

勤勉な国民性が近視をつくる

文明国である日本は、教育熱心であり、よく働き、非常に研究心が旺盛で努力を惜しまないところから、今日では世界のあらゆる分野で最先端をいく国となっています。

しかし、その背景には、義務教育から大学までの教育制度と受験地獄があり、それに対応するための学習塾、進学塾、予備校、さらには各種専門学校などでの猛勉強を挙げなければなりません。大人になるまでの間、絶えず目を酷使する環境におかれていることが、日本人に近視の多い根本的

日常生活の中に後天性近視の発生原因が

子どもや私たち大人の一日の生活状態を考えてみましょう。朝起きて夜休むまで、目は絶えず近くの物ばかりを見て、遠くの物を見る時間はごくわずかです。

つまり、近業（近くの物を見る作業）時間が多く、それに伴う姿勢の悪さが近視になる第一の原因といえます。

近視になる個人的な原因としては、栄養、生活、学習態度、テレビ、読書、運動不足、職業による個人差、体質などが考えられます。

また、環境的原因としては、住宅問題（狭い部屋）、各種機器の発達に伴う目の酷使、教育問題をはじめとする社会環境の変化などがあります。

日本人に近視が多い理由は？

● 勤勉な国民性によるもの ●



各種専門学校での猛勉強



受験地獄に対応する進学塾の普及

● 日常生活によるもの ●



部屋が狭いなどの環境問題



栄養、食生活のアンバランス