

## 赤ちゃんと目が合わないような気がして心配です（1ヶ月児）

生まれたばかりの赤ちゃんは視線も定まらず、生後1ヶ月でぼんやり形がわかるようになります。両目の協調性もなく左右の目を連動させることが上手にできないので目が合わないこともあります。

視力は生後2ヶ月で0.02~0.03になり、興味をもったものを目で追うようになります。生後6ヶ月で0.04~0.08になります。まだ輪郭がうっすら見える程度の視力です。おすわりができる頃には、奥行きや高さの認識ができるようになります。生後8ヶ月で0.1程度、1歳で0.2前後に発達します。立つようになる頃には、遠くのものを見たり、空を見上げたりできるようになります。視力はまだ発達段階ですが、大人と同じ視界になります。大人なみの視力になるのは3歳から6歳と個人差があります。

目の発達に大切なのは、日常生活からの適度な刺激です。乳幼児期はさまざまな距離にある物を目で追い、身体をつかって遊びをたのしむことが目の発達につながります。

