☆必ずプリントしてご使用下さい。

＜老眼度数確認表＞

この表を使って、おおよそのあなたの老眼度数が確認できます。
下記の表を適度な明るさの中で、目元から約３０センチ離して、上から下へ順に読んで下さい。
読みにくくなった文字の右側に書かれている「数字（例 +2.50 等）があなたの現在の”おおよその老眼度数”となります。
ただし、目の病気や左右の度数が極端に違う場合、乱視や近視が強い方はこの方法では”おおよその老眼度数”は確認できません。
お近くの眼科医にて詳しくお調べ下さい。

老眼度数確認文字	老眼度数	対象年齢	備　　考
健康な生活	+4.50	75~	
健康な生活	+4.00	70~	
健康な生活	+3.50	65~	
健康な生活	+3.00	60~	
健康な生活	+2.75	58~66	
健康な生活	+2.50	55~63	
健康な生活	+2.00	50~58	
健康な生活	+1.75	48~56	
健康な生活	+1.50	45~53	
健康な生活	+1.25	43~51	
健康な生活	+1.00	40~48	