



卓話

卓話 / 健やかに加齢④ 「シニア世代の遠近レンズの選び方」 佐々 博己会員

45歳から眼の衰えは始まる

人間の老化は、昔より10歳若くなったとはいえ、眼のほうは45歳から衰えが始まります。カメラでいえばレンズにあたる水晶体の衰えによるのです。また、水晶体を厚くしたり薄くしたりする筋肉も加齢とともに弱まってきます。ピントが合わなくなるというのは、個人差はありますが、老眼鏡を必要とする年齢は遅かれ早かれ確実にきます。



老眼鏡も、癖になるからかけないほうがよいとか、遅ければ遅いほどいいということがいわれますが、早くかけようが遅くかけようが、年齢に比例して度数は進んでいきます。特に、メガネをかけたことのない方は、メガネは邪魔になるかもしれませんが、メガネは眼には何の害もありませんから、無理に我慢しないで快適な視生活を送るためにも、早めに自分に適したメガネを使用することが大切です。

正視・近視・遠視

文字が見つらいというのは、屈折状況が悪いわけです。ピントがうまくあわないからです。

正視は、平行光線が網膜上できちっと結ばれますから、像はメガネで矯正をしなくても見えます。網膜とは、カメラでいえばフィルムにあたります。

近視というのは、網膜より手前、遠視というのは網膜の後方で、それぞれ像が見えます。

遠視は、近くをみるときにピント合わせがうまくできなくなるいわゆる老眼です。

新聞の文字などが見つらなくなったと感じたら、眼科医で処方箋をいただき、自分にあった老眼鏡を処方して貰うことです。

シニアグラスの種類

最近では、従来の老眼鏡とは異なり、見た目も機能も進

化した「シニアグラス」が出回っています。シニアグラスには、次の種類があります。

1. 遠近両用レンズ

遠くから近くまでをみるための常用レンズです。

2. 中近レンズ

室内で使用できるレンズです。遠近両用に比べて中間から近くが見やすくなっています。社員の動きをみながら書類も快適に見える一管理職の方にも最適です。

3. 近々レンズ

手元からパソコンのディスプレイの距離までが見やすいレンズです。近用レンズでは手元は見えるけれども、少し離れたディスプレイなどが見つらいという方に最適です。

4. 近用レンズ

いわゆる老眼鏡です。固定された距離をしっかりとみる時に有効です。

以上のように、老眼鏡改めシニアグラスは、私たちのアクティブな視生活を支えるために、いろいろな設計のレンズが発売されています。

一人一人に、またシチュエーションごとにあったメガネを使うことで、快適なシニアライフが実現できます。

ビジョンケア

ビジョンケアという言葉には未だ馴染みが薄いかもしれませんが、一言でいえば、「お客様の視力に関する総合的なケア」のことです。つまり、人が本来もっている「見る機能」を十分に発揮できるようにお手伝いすることがビジョンケアです。

例えば、シニアグラスにも4種類の設計のレンズがあることとお話ししましたが、このメガネを使用される場合は、使用する方の度数や視環境（見たい距離）、今までのメガネの経験などを考えて、その方にあったレンズの種類をお勧めしてメガネをつくります。

こうした視覚にかかわるプロとしての仕事が、ビジョンケアといえます。

ロービジョンの方への支援

ロービジョンとは視覚障害のことをいい、病気や怪我で視覚障害になった方への支援に取り組んでいることを指します。

具体的には、メガネを掛けても十分な視力を得ることがで

できない方や補助具の選定を行う取組みが、ロービジョンの取組みです。

例えば、ご子息につかまり支えられて来店された 70 歳の女性は、ロービジョンの取組みによって、選んだ補助具をかけることで、曲がった腰をしゃんとできたと大変満足して帰えられました。

アサクラメガネは、大学病院をはじめ眼科の先生、教育研究機関、行政の関係者の方のご指導をいただき、また連携をとりながらロービジョンの取組みに参加しています。

ご静聴ありがとうございました。