

眼とメガネの健康情報

花粉症と花粉症対策メガネ

眼のかゆみ、鼻のムズムズ、止まらない勢いのクシャミなど・・・毎年必ずやってくる、憂鬱な季節。環境省の調べによると、花粉症は約3人に1人が悩んでいるそうです。花粉症をはじめとするアレルギーは、現代人の国民病ともいえる現象です。アレルギー（アレルギーを引き起こす物質）は、食べ物や化学物質など人々の生活環境の中にごく普通に存在しています。環境の変化やライフスタイルの多様化が進む現代社会では、その影響が大きいかと思われまます。以前は大人に多かった花粉症ですが、最近では小児でも発症が増えています。

発症のメカニズム

花粉症などのアレルギーは、どのように発症するのかご存知ですか？それは免疫バランスの崩れが原因です。人の免疫シス

●季節毎に飛散する花粉



花粉は、スギやヒノキを含め約60種あるそうです。【花粉症対策】①外出時のマスクは忘れないようにする。②帰宅時は衣服についた花粉をしっかりと払い落とす。③手洗いやうがいなども大事です。

花粉症対策メガネ

現在では、以前のようにゴーグルのようなメガネではなく、機能性は勿論のこと、スタイリッシュなデザインになっていきます。



メガネと顔の間で最も隙間が生じやすい、こめかみの部分をガードしつつ、メガネを掛けた時に横から見た印象は、ほとんど普通のメガネと変わらなせん。商品名が「スカッシースマート2」などのスカッシーシリーズは、以前から発売されており、

メガネ店やドラッグストアなどで購入できます。白内障手術後の方に、埃よけや紫外線対策として、また、コンタクトレンズ使用の方にも。全てUVカット、曇り止めがついているので安心です。尚、度付きレンズが必要な方には「スカッシーフレックス」がおすすめです。単焦点・遠近両用どちらも可能です。更に、メガネの上から掛けられる「オングラス」もありますので、用途に応じてお使い頂けます。何よりも安価であることが、購入し易いポイントでもあります。

ります。価格は、1400円〜3240円です。当社では、キッズから大人用まで各種、各色、サイズを豊富に取り揃えておりますので、店頭にてお試下さい。ちなみに今年の花粉飛散量は、昨年の2倍との予測が出ています。地域によって異なる部分もありますが、表を見ると、花粉は一年中飛んでいる事が分かります。ある日突然、花粉症になってしまいうケースもあるので油断禁物です。食生活や生活習慣を見直して予防しましょう。

スタッフコラム

先日テレビで見たのですが、日本は世界に類を見ないお風呂大国で、海外の方からすると、時間や労力のかけかたが尋常ではなく、その分を他に費やした方が人生効率的ではないかと考えるようです。

そこで実験していたのが、シャワーしか使わない海外の方に、銭湯に入ってもらおうとどうなるか？というものでした。40度のお湯は日本人以外にはかなり熱く、5分くらいであがついてしましたが、翌朝に質問すると、

明らかにいつもよりぐっすり眠れて、目覚めもスッキリだったと全員が言っていました。この効果は科学的にも注目されているようで、日本人は平均睡眠時間が世界一短い国民でありながら、湯船につかることが質の良い眠りにつながり、経済成長を続けられた要因のひとつとも言えるのではないかと、このことでした。何だかすごい話ですが、私ももう少し長めにお風呂に入ってみようかな、と思わせるお話でした。

ららぽーと店 U



ベターなものよりーベストなものへ

あなたの目を守る — メガネ専門店



Optical Shop

Nakamura

中山駅前店

区役所
第2P
メガネのなかむら
第1P
至町田
至東神奈川
中山駅

〒226-0014 横浜市緑区台町290
☎ (045)931-2499(代) AM10:00~PM8:00
＜年中無休＞ 中山商店街第1・第2駐車場（1時間無料）

鴨居駅前店

メガネのなかむら
至東神奈川
鴨居駅
至町田

〒226-0003 横浜市緑区鴨居1-7-1
☎ (045)933-0003(代) AM10:00~PM8:00
＜年中無休＞

ららぽーと横浜店

西立体駐車場
ららぽーと横浜 3F
至東神奈川
至町田
イトーヨーカドー
イトーヨーカドー
イトーヨーカドー

〒224-0053 横浜市都筑区池辺町4035-1 (3F)
☎ (045)414-2424(問) AM10:00~PM9:00
＜年中無休＞