

人は脳でものを見ていてホント？アイケア BOOK 第 10 弾『生活の質を上げる「目とメガネ」のはなし』発行



眼鏡市場は、一人ひとりに最適なメガネを提案するアイケアの一環として、目に関する正しい情報をお客様へお届けする事を目的とし、眼科医（アイリスター麻布クリニック院長 西之原美樹先生）監修のもと、分かりやすい表現で、子どもから大人まで親しめる本を数多く出版する小学館が運営する「小学館ライフスタイル・ブランドスタジオ」と共同でアイケア BOOK を製作しています。

第 10 弾となる今回は、眼科医による生活の質（QOL）を左右する目と脳の関係についての解説や、見えていないことで起こる困りごと、十分な視力でしっかり見えることのメリット、データで見る視覚と生活の質（QOL）についてなど、メガネをかけていない人にも知っていただきたい情報を掲載した『生活の質を上げる「目とメガネ」のはなし』を発行。全国の眼鏡市場店舗にて希望者への無料配布を開始しました。

見えていないことで起こる困りごととは？

見えていないことは、健康や人生全般にわたって影響を及ぼします。子どもにとって 6 歳までの視力の発達は非常に重要です。周囲からの光や色の刺激が受けられないと脳の視覚野（しかくや）の発達が十分に進みません。その影響は脳全体に及び、学力や運動能力の低下にもつながります。高齢者の場合、見えていないことで転びやすくなるなど、思わぬ事故のきっかけになりかねないなど、様々なケースが考えられます。

- CASE1. ごはんがおいしく感じられない
- CASE2. 集中力が続かない
- CASE3. 思わぬケガが増える
- CASE4. 全身の筋力が低下



『生活の質を上げる「目とメガネ」のはなし』コンテンツ紹介

1. 人は脳でものを見ているってホント？

目は脳から生まれて発達する。眼科医・西之原美樹先生が、目と脳の関係について解説します。

2. “見えていない”とこんなことが起こります

見えていないことで起こる困りごとをケース別に紹介します。コラム「落ちたものが拾えない…」も必読です。

3. “見えている”と生活のパフォーマンスはここまで上がる！

暮らし・勉強・スポーツなど、シーン毎に十分な視力でしっかり見えていることのメリットを紹介します。コラム「いざという時に“見えている”ことは、こんなに大切」も必読です。

4. 多焦点レンズのメガネで目の疲労を減らしてみませんか？

“近距離”を見ることが多い現代人。近い距離を見る場合、目のピント調節機能は緊張状態になり、それが長時間続くことで目は疲労しやすくなります。起床から就寝までを通して、目にかかる負担を振り返ります。

5. データで見る視覚と生活の質（QOL）

高齢化社会の影響で視覚に障害を持つ人の数は 2030 年まで増え続けると予測されています。様々な健康状態における生活の質（QOL）を数値で知ることによって、“見える”ことの重要性をお伝えしています。

6. 目に良い SOUP vol.10「かぼちゃとにんじんのスープ」

体内で必要な分だけビタミン A に変換され、眼精疲労や目の乾燥予防にも効果を発揮すると言われているβカロテンが含まれている「かぼちゃとにんじんのスープ」のレシピを紹介します。

報道関係者からのお問い合わせ先

株式会社メガネトップ 経営企画室 広報グループ 担当：掛本

TEL：080-4923-7288 mail：pr@meganetop.co.jp

知ることから始まる、目の健康。眼鏡市場のアイケア BOOK

目に関する正しい情報をお届けするため、店頭での希望者への冊子配布と並行し、眼鏡市場ウェブサイト内の特設ページでは、今までに発行した冊子の電子版を無料でご覧いただけます。



▼眼鏡市場 | アイケア BOOK (<https://www.meganeichiba.jp/special/eyecare/>)

株式会社メガネトップ

所在地 静岡市葵区伝馬町 8 番地の 6

代表者 代表取締役社長 富澤昌宏

設立 1980 年 5 月

資本金 100 百万円 (2024 年 3 月末)

事業内容 メガネ、コンタクトレンズ、補聴器の販売、その他関連商品の販売

店舗数 国内 1,035 店舗、海外 23 店舗 (メガネトップグループ合計、2024 年 3 月末)

従業員数 4,966 人 (2024 年 3 月末)

コーポレートサイト <https://www.meganetop.co.jp>

眼鏡市場ウェブサイト <https://www.meganeichiba.jp>

お客様からのお問い合わせ先

株式会社メガネトップ お客様相談室 フリーコール : 0120-818-828 (受付時間 9:00~18:00)

*「眼鏡市場」「ALOOK (アルク)」「レンズスタイル」「レンズダイレクト」は当社のグループ店舗です

報道関係者からのお問い合わせ先

株式会社メガネトップ 経営企画室 広報グループ 担当: 掛本

TEL : 080-4923-7288 mail : pr@meganetop.co.jp