

スポーツとレジャー 2017/10/16

冬にサングラスが大切な理由

雪や氷の反射がまぶしい寒い冬には、サングラスは必須アイテムです。

帽子、手袋、スカーフ: 冬について考えるとき頭に浮かぶのはこんなアイテムでしょう。しかし、冬のファッションアイテムリストにサングラスを加えることを考える人は比較的少数です。サングラスは夏のアイテムでしょうか？ そうではありません！ 冬に私たちの目を保護することは、夏と同じくらい大切なことです。なぜなら、目に有害な紫外線は、11月から3月にかけて特に攻撃的な影響を与えるからです。

夏の間、サングラスは欠かせないファッションアイテムです。スタイリッシュな見た目だけでなく、明るい光から目を守るからです。しかし、有害な紫外線は夏よりも冬に危険であるということを多くの人は知りません。夏、周囲の緑は光を6%しか反射しませんが、それが雪となると、95%にもなります。炎症や他の深刻な状態から目を効果的に守ることが出来るのは、高品質レンズをつけたサングラスだけです。なぜなら、高レベルの紫外線エネルギーを含む太陽光は、網膜を傷つける恐れがあるからです。つまり、高品質のサングラスを購入するのは賢い投資だということです。

サングラスを買うときの注意：

- ✓ CEマークが大切です。このマークは、その製品が少なくとも最低基準の保護レベルを満たしていることを意味します。EU指令では、この基準は最低380ナノメートルと規定されています。しかしこのレベルでは、放射線の78%は目に吸収されます。
- ✓ そのため、メガネレンズは380ナノメートル以上の広帯域紫外線保護を持つのが理想です。このレベルの保護を提供するレンズだけが、有害な紫外線をすべてカットすることができます。
- ✓ サングラスは十分な大きさと、顔の大きさと形にフィットしなければいけません。光が横や上から目に入らないようにするのはこれが唯一の方法です。
- ✓ 吸収率が重要な役割を果たします。吸収率は十分に高くなければいけません。メガネレンズの濃さは個人の好みによりますが、同時にサングラスの用途、つまりどこで着用するのか、どんなスポーツを行うのかといったことによります。このことについては眼鏡店でアドバイスを受けることができます。
- ✓ サングラスは眼鏡店で買うのがベストです。無作為なサンプル調査によると、露天で売られている多くのメガネの品質マークは偽造であり、健康被害をもたらす恐れがあります。

正しい色を選ぶ

サングラスのレンズは正しい色を選ぶことも大切です。レンズは、保護レベルによってグレード分けされます。イエロー、グリーン、ブルーのレンズは冬にはお勧めできません。これらの色の保護レベルは0、1または2と低く、カテゴリはS0、S1、S2に分けられます。冬にはグレーやブラウンのレンズがお勧めです。これらの色の保護クラスは3で、カテゴリS3に分類されます。山の上のような雪の多い状態でも、十分な保護効果を提供します。保護レベル4やカテゴリS4のレンズは、極めて敏感な目のためのものです。しかしこの種のメガネレンズは、紫外線放射レベルが極端に高い場合にのみ必要となり、運転中は使用できないことがあります。

ZEISSオンラインビジョンチェック
コントラストや色彩はどの程度はっきりと見えていますか？視覚を素早く簡単にチェックできます。

視力チェックを今すぐスタート

青い光にお気をつけください

優れたサングラスは、青い光に対しても適切なレベルの保護を提供します。青い光は、目の中で最も視覚が鋭い部分である黄斑に損傷を与える恐れがあるからです。お持ちのサングラスが青い光をどの程度遮断するかわからない場合、眼鏡店で検査することができます。

ウィンタースポーツのためのヒント：メガネをかけている場合、自分の処方に合わせてスキーゴーグルを作るか、下にメガネをかけられるくらい大きなスキーゴーグルを買うかのどちらかになるでしょう。メガネ装用者に理想的なフォームサポートを施したモデルは、メガネフレームが入る十分なスペースがサイドにあります。ぴったりとフィットし、スキーゴーグルの下にメガネに圧力を与えません。スキーゴーグルは隙間風が入らないように両サイドが閉じていなければいけません。

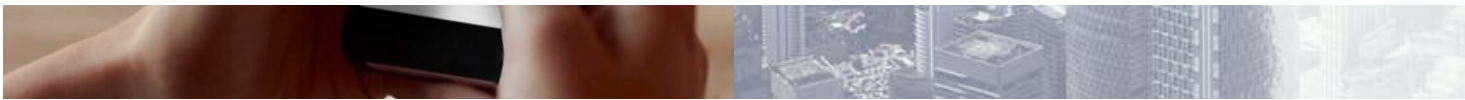
視覚プロフィールチェック
ご自分の視覚習慣を確かめ、最適なレンズソリューションを見つけましょう。

視覚プロフィールを今すぐチェック!

お近くのZEISS取扱店を探す

住所





関連記事



スポーツ選手の視力矯正
ファッションブルなだけではありません：プロであれアマチュアであれスポーツ選手にとって特殊なスポーツグラスは有用です。

スポーツとレジャー 2017/11/01
タグ：スポーツ・レジャー用アイウェア

関連製品



調光レンズ
あらゆる場面で使えるメガネ。

[詳細はこちらから](#)



サングラスカラー
あなたにとっての適切なカラーとは、どうやって決めるものなのでしょうか？

[詳細はこちらから](#)



サングラスレンズ
ひとつのレンズですべてのアウトドア活動に対応

[詳細はこちらから](#)



もっと見る

- 視覚について理解する
- 健康と予防
- ライフスタイルとファッション
- 運転とモビリティ
- スポーツとレジャー
- 仕事

最適なオプションを選ぶ

- 遠用メガネおよび老眼用メガネ
- 遠近両用メガネ
- サングラス
- 仕事用メガネ
- スポーツメガネ
- 子供用メガネ
- レンズコーティング
- コンタクトレンズ
- レンズクリーニング
- 眼鏡店に行く前に

サービス

- 視覚プロフィールチェック
- オンラインビジョンチェック

眼鏡店向け

- 測定機器とテクノロジー
- ZEISSメガネレンズ
- ZEISSクリーニングソリューション