

目を動かすと
暮らしが
豊かになる！

目の筋トレ・見る力UP
ビジョントレーニング®
無料体験会

無料体験会開催

6/1日

10:00～12:00・事前予約制

ビジョントレーニング®インストラクターPRO（一般社団法人ビジョントレーニング®協会）による目のトレーニングを体験してみませんか？ 気軽にご参加いただけましたら幸いです。（11:30～12:00は質疑応答タイム）

POINT 1 /

目の筋トレって何？

目の筋トレとも言える、ビジョントレーニング®がどんなトレーニングなのかお伝えします。

POINT 2 /

簡単トレーニング

基本のトレーニング方法や、身近なグッズで実践できる目トレーニング方法を体験いただけます。

POINT 3 /

お悩み相談

視覚は五感の8割を占めています。学習や生活の中にあるお悩みは目が関係しているかも！

対象 幼児～大人まで

定員 50名

場所 棚倉町立図書館

開催日時 2025年 6月1日（日）

10:00～11:30（体験会）

11:30～12:00（質疑応答）

申込方法 QRコード申込 または 電話申込



一般社団法人ビジョントレーニング®協会
ビジョントレーニング®インストラクターPRO（登録番号D240928009V）

ピアノ教室 ドレアミ 鈴木あみ

☎ 090-2798-7760
電話申込受付時間 9:00～15:00