



令和5年10月
東雲小学校PTA
調査広報部

第2回坊ちゃん学習は
『イプラスジム松山』代表 西野三和トレーナーに
目の体操で集中力を高めよう！
～勉強・スポーツの土台を育てるビジョントレーニング～
の講演をしていただきました。

認知度はまだまだ低いですが、「視力」と「視覚」の違いや子供と一緒にできる眼球運動を教えてくださいました。目は脳とつながっており目の筋肉を鍛えることによって脳が活性化され、読解力が向上し、集中力アップにつながるそうです。

また、縄跳びが上手になったり、文字がキレイに書けるようになるためには、肩・腕・手首を回すといいそうです。

子育てに役立つ内容の講演会で、一時間半があつという間に感じられました。

