



視力回復のおじさん👁️👁️

自己紹介

中野弘二 57歳 おとめ座 O型 大阪府泉佐野市出身

経歴：公務員（9年）、自然食品販売（5年）、食品製造・厨房機器販売、そして人材派遣業（7年）を経験してきました。

自身の視力回復をきっかけに、37年間視力回復事業に携わっています。

誰も知らない私：甲子園球場で野球を観戦中、ファールボールが頭に直撃しています。
足から崩れ落ちる経験をしました。
病院直行、MRI、何もなく、その後球場へ、結構不死身です！

遠近の視点移動をさせながらお聞きください！

子供たちの視力を守る為の大人の目の使い方



子供のころから目に負担が増えると強度近視になるリスクが高まります。また眼病になる可能性も高まります。スマートフォンやタブレットの普及により子どもたちの視力低下が加速しています。

自分の目は、自分で使えるように慣れることが必要です。

日常的なトレーニングと適切なケアが視力維持・回復の鍵となります。

早期からのケア

子どものうちから正しい目の使い方を身につけることが重要です。

継続的なトレーニング

定期的な視力トレーニングで目の筋肉を鍛えることができます。

本当の目の使い方を教えられる大人に！

現代の正しい目の使い方

■ お箸と目

たとえば、お箸
初めてお箸を持った子どもの頃、
一回で今のようにきっちり持てた方はいますか？
何回も何回も練習をして持てるようになるのですが、
一度覚えてしまうと、元に戻さない！
体の素晴らしい機能です！

そんな、お箸の持ち方って、
誰から教えて貰いましたか？
もし、お箸の持ち方を誰も知らなかった場合、
お箸今のように持っていけないかもしれません。



■ 目の使い方教えます！



そんな誰も知らないから目は悪くなるのです！
だから私たちが教えます！

子どものうちから、正しい目の使い方を身につける
ことが重要です。

自分の目は、自分で使えるように慣れることが必要
です。
日常的なトレーニングと適切なケアが視力維持・回
復の鍵となります。

見えないことによる弊害

⑥ ぼやけた視界

ぼやけていると確かな情報を得られません。
日常生活や仕事に支障をきたします。

⑦ 更なる視力低下

適切なケアをしないと、視力はさらに低下していきます。

⑧ 眼精疲労から肉体疲労

肩こりや頭痛などの身体的な問題も引き起こします。

⑨ 眼病の誘発

放置すると深刻な眼病につながる可能性があります。



どうすれば視力は上がる？

マサイ族が視力が良いと聞かれた事があるかと思います。（視力10.0）では、日本の視力の良い方はどのくらいでしょうか？（視力2.0）

約**1/5**です。なぜ、同じ目なのにそこまで差があるのでしょうか？それは、**環境の違い**による**目の使い方の違い**があるからです！



ですので、私たちも能力の差はあったとしても（視力8.0）を出せる目は持っているのです。それは、遠方を見る環境がここ数年でさらに減少し、レンズを動かす力（毛様体筋という筋力）が使わないことでおとろえているからです。

目の悪い方はあまりこの力をうまく使えないので、鍛えることで日本の視力の良い方のくらいの力を付ければ現状の約10倍（目の状態にもよります）上げることが可能になるということです。

環境が違うからこそ、使い方が重要！

視力回復を全国に

正確な視力回復は正確な視力検査の上に成り立っています。
毎月の要点チェックが個人の最良の視力回復に結びつきます。

目の悪い方を減らす

視力回復センターの普及により、視力低下に悩む方々を減らす。

目の病気予防

定期的なケアにより、深刻な眼病の発症リスクを低減させる。

地元で気軽に通える

メガネ屋さんと同様に気軽に地元の視力回復センターに通えるようにする。

全国でトレーナーを募集しております。
視力回復の専門家になれるチャンスです！

