キッズデイリー KIDS DAILY

毎週火曜日はキッズの日

やってみよう!! ビジョントレーニング

イプラスジムが教える目で脳力を上げる方法

講師 渡辺昭男トレーナー

キッズデイリー「やってみよう!!ビジョントレーニング」は、全国で脳力トレーニング教室を展開するイプラスジムが、目で脳力を上げる方法を教えています。今回は目を鍛える前に必要な「粗大運動」を取り上げます。全国イプラスジムの教務責任者である渡辺昭男トレーナーが、子どもの発達についてお話します。

⑥

粗大運動で体全体の感覚を養う

目を鍛える前に大切な土台つくり

発達の階段

発達・成長

- 学問　読むこと 書くこと 計算
- 概念化　概念の発達、理解力 一意味を読み取る力
- 言語　言葉の発達
- 知覚　さまざまな感覚の統合力
- 運動パターン　コーディネイトされた運動パターンの発達
- 姿勢反射　直立姿勢をとりながら重力と調和する能力の発達
- 原始反射　サバイバル反射

大きく動かすことで脳にも刺激

①

②

③

―同じ動き（同側）―

①膝を曲げず、かかとを床から離さずに四つんばいの体勢をとります＝写真1。②最初は右手と右足を同時に前に出し同時に床につくようにします＝同2。

クマ歩き

③次に左手と左足を同時に前に出し、右側より少し前に床につきます。④これを繰り返し前進します。

―違う動き（異側）―

①は同じです。②最初は右手と左足を同時に前に出し同時に床につくようにします＝同3。③左手と右足を同時に前に出し床につきます。④この繰り返し。

2つのパターンを前進だけでなく、後る歩きもしてみましょう。

①

②

③

エンジェル体操

①床の上であおむけになり、両腕は体につけ両足も真っすぐ伸ばします。その際、目はおへその方向を見ています＝写真1。②目、両腕、両足を同時に動かします。両手は伸ばしたまま床に沿わせながら大きく弧を描くように動かし、頭の上で手を合わせます。③両足は徐々に一番、広がった状態にします。④目は下方向から真っすぐ上方向（頭の方）に動かし、両手を真横に広げた時＝同2、目は正面を見ており、両手が合わさった時には頭の方を向くようにします。⑤目は上方向、両腕は手を合わせ、両足は広げた体勢＝同3＝ができれば、今度は元に戻していき、これを繰り返します。

目、腕、足の3つを同時に動かすことが難しければ、目と手、目と足、手と足と2つだけを動かして行いましょう。

現代では欠落

イプラスジムで小学生対象に開校している「目の学校」では、ビジョントレーニングとともに、粗大運動を採り入れています。全身を大きく動かす粗大運動は、子どもの発達上、必要なものですが、現代社会では欠落する傾向にあると、米国オプトメトリスト（視機能研究者）の研究で分かっています。

イスの足と足の間を子どもにくぐらせてみると、背中が座面について、つっかえてしまう子が意外と多いものです。ジャングルジムで遊んだ経験が少ないのでしょう。昔なら、木登りなどの遊びの中で身についた感覚です。私などは収穫が終わった畑のでこぼこの土の上をよく走ったものですが、現代っ子は足を捻挫します。必要な段階で必要な経験をしていないからです。

子どもの発達には図のような段階があります。原始反射は人間が生き抜くために自然と身についているもので、例えば赤ちゃんは「高い高い」をされると、グッと体に力を入れます。落とされたときに備えて身構えるからで、だれに教わったものではなく、人間に備わった本能のようなものです。

成長とともに次の姿勢反射、運動パターン、知覚、言語と段階が進みます。小学校入学前後から概念化へ進み、学問はその積み重ねの上にあります。つまり勉強ができるようになるには、段階を追って発達したという土台が必要なわけです。

会話にも影響

転んだときに反射的に手が出ないで顔から落ちてしまう子は、何かの理由で運動パターンの発達段階を通っていません。勉強はできるが、人とのコミュニケーションは苦手な子が増えているのも、正しい発達の積み重ねができていないのでしょう。

微細運動…目のトレーニングもそうですが、はしの持ち方など細かい動きができるようになるには、その前の大きな体の動き＝粗大運動ができている必要があります。

写真のクマ歩きは、全身を大きく動かすもので、子どもの体全体の感覚を高める効果があります。ひざは曲げず足裏と手を床につけて四つんばいでクマのように歩きます。まず右手と右足を同時に動かして前に進ませてください。次は右手と左足を同時に。

後ろ歩きもやってみましょう。子どもたちは後ろに進むとなると、途端にスムーズにできなくなることが多々あります。例えば、子どもをうつぶせにして肩、ひじ、頭、腰と触って、その順番を答えさせてみてください。案外、答えられない子は多いものです。あおむけでは順番通りに言えても、後ろ向きになると分からなくなるのです。粗大運動で体全体の感覚を養ってみましょう。

ビジョントレーニングは目という微細な部分を鍛えるものですが、その土台は大きな体の動きです。体を大きく動かすことで視機能ひいては脳も鍛えられますよ。

①

②

①両手のひらを正面に向けて外に開いた時、両足は内股になるような姿勢をとります＝写真1。②両手のひらを胸の前に向けた時、両足はガニ股になるような姿勢をとります＝同2。③軽く上にジャンプして、この2つの動きを交互に入れ替えます。これを繰り返します。

ダック

①

②

①床にお尻をつけて座ります。②両手を床につけお尻を浮かせます。③この時、両手の指先と足の向きは同じ方向にします＝写真1。④この体勢から両手・両足を交互に使って前進します＝同2。前進だけでなく、後進もしてみましょう。

クモ歩き

イプラスジム　幼児教育で知られる七田チャイルド・アカデミーに「小学校卒業後も通える教室がほしい」との声が多数上がり、1999年に世界初のメンタル・ビジョントレーニングを中心とする成人向け脳力開発トレーニングジムとして設立された。同アカデミーのグループ企業である日本脳力開発研究所が運営。大阪・天王寺に本社を置き、全国にジムがある。

小学生対象の「目の学校コース」では定期的に「目の使い方チェック」を専門機材を使って実施している。受講料は1回1050円だが、申し込み時に「デイリーを見た」という方は無料サービスを受けられる。体験レッスンも全国ジムで随時受け付け中。詳細はhttp://www.eplus-gym.jp、もしくは☎0120―441―774（平日17時まで）へ。

ビジョントレーニング　眼球運動のコントロール能力、焦点合わせ機能、両目の協調機能、動体視力、立体視能力、奥行き認識能力などの視覚能力を向上させるトレーニング。アメリカで100年以上の歴史を持つ「オプトメトリー（視機能研究）」を元に、視力以外の総合的な眼の機能を鍛えることで脳を活性化させ、集中力、判断力、情報処理能力を高めていくもの。プロスポーツ選手の能力開発などにも幅広く応用されている。イプラスジムでは日本のビジョントレーニング研究・指導の第一人者で米国公認オプトメトリストDr内藤貴雄氏が学術顧問としてプログラムやトレーナー指導などの総合的な監修を行っている。

＜紙面編集＞松谷　貞彦

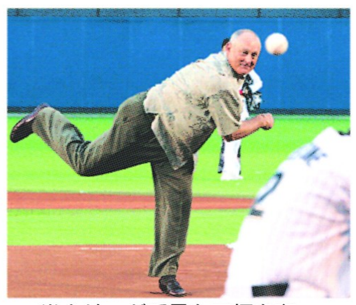
米大リーグで一番三振を奪った男

スポーツ名選手列伝

米大リーグ・投手　ノーラン・ライアン

100年以上の歴史がある野球の米大リーグで、一番多くの三振を奪っている投手がノーラン・ライアンさん(64)です。27年間で積み上げた5714個は、2位の4875個より800以上も多い数字です。

時速160キロを超える速球が武器で、特急列車に例えて「ライアン・エクスプレス」と呼ばれました。豪快なフォームは、ほかの投手たちが参考にしています。1973年のシーズン900年以降では最高の数に奪った383三振は、1試合でヒットも得点も許さないノーランを7度も達成しています。これも大リーグ記録です。



米大リーグで最も三振を奪っているノーラン・ライアン氏

46歳までプレーしたのもすごいことです。自分で練習方法を考え、工夫や努力を重ねました。「ピッチャーズ・バイブル」というライアンさんの本は、日本のプロ野球でも多くの投手が読んでいます。

引退した後はチームの経営に関わるようになり、今はダルビッシュ有投手が入団した大リーグ、テキサス・レンジャーズの社長です。

12日の公営レース成績

全国ボート優勝戦成績

〈多摩川〉 着順	選手名	進	ST	〈児島〉 着順	選手名	進	ST	〈からつ〉 着順	選手名	進	ST
1	中沢和	①	17	1	山本隆	①	14	1	枝尾賢	①	11
2	上田洋	⑤	12	2	小畑実	④	08	2	山田哲	⑤	13
3	鈴木勝	④	08	3	佐木和	⑤	11	3	吉田弘	②	12
4	中村真	③	25	4	杉山貴	⑥	15	4	橋本年	③	12
5	矢後剛	②	19	5	亀本勇	②	12	5	丹下将	④	20
6	柳生泰	⑥	15	6	古結宏	③	07	6	北川幸	⑥	20
逃＝44秒9				逃＝45秒6				逃＝46秒8			
①―⑤	1,790⑦			①―②	310①			①―⑤	970④		
①⑤④	5,540㉑			①②③	800①			①⑤②	2,150⑦		

戸田ボート（第3日）

利用 3日間 13,941人　売上 39,811人 3日間 176,055,300円 459,764,700円

				連単	三連単	
1予日	◎浅香文	○横井光	鈴木正	②③	370	②③⑤	1,140
2予日	◎新田泰	西原明	○塩田北	④③	1,440	④③⑤	4,880
3予日	○荒田泰	△武重雄	▲谷口勝	③⑤	480	③⑤①	2,020
4予日	石川正	原田智	○島田一	④②	4,760	④②⑤	22,030
5予日	◎加瀬智	○田上晋	▲中辻博	③④	540	③④⑥	1,350
6予日	△大峯豊	竹田広	○窪田好	④③	5,360	④③②	19,290
7予日	◎中里優	▲鈴木韶	○渡辺晴	①⑥	790	①⑥②	1,600
8予日	◎東本勝	田中堅	▲荒田泰	③④	2,330	③④⑥	5,340
9予日	○中村尊	◎加瀬智	△米田隆	⑤②	750	⑤②⑥	3,010
10賞日	△大峯豊	△大峯豊	◎中辻博	⑤⑥	1,190	⑤⑥④	2,390
11特日	○小野勇	和田敏	○山室展	①②	1,640	①②⑤	10,230
12記日	▲前本泰	△田上晋	○島田一	④⑥	1,440	④⑥③	6,810

◆向日町競輪（初日）

	枠	単	車単	三連単		三連複
1R	発売なし		①⑤ 250	①⑤② 650		320
2R	発売なし		①⑦ 1,280	①⑦④ 5,940		370
3R	発売なし		②⑦ 3,330	②⑦⑤ 4,650		190
4R	発売なし		④⑤ 280	④⑤③ 1,490		520
5R	発売なし		③④ 370	③④② 670		280
6R	61	510	⑦① 400	⑦①④ 2,580		1,010
7R	34	1,240	③⑤ 850	③⑤⑧ 6,260		2,980
8R	26	340	②⑨ 380	②⑨③ 2,060		730
9R	36	7,060	③⑧ 6,090	③⑧⑤ 120,140		22,530
10R	46	2,010	⑤⑨ 1,430	⑤⑨① 5,370		740
11R	43	1,990	⑤③ 5,420	⑤③⑧ 34,960		4,410

売上高　39,328,400円　入場者　2,115人

◆高松競輪（第2日）

	枠	単	車単	三連単		三連複
1R	44	4,050	④⑤ 9,460	④⑤⑨ 82,260		18,340
2R	16	380	①⑨ 510	①⑨⑥ 3,940		2,250
3R	32	5,980	③② 6,150	③②⑦ 62,300		10,130
4R	51	700	⑦① 680	⑦①⑤ 1,270		450
5R	43	1,250	⑤③ 1,270	⑤③① 4,120		1,410
6R	35	910	③⑦ 960	③⑦⑥ 13,490		7,480
7R	61	620	⑨① 690	⑨①④ 2,750		940
8R	23	2,630	②③ 2,880	②③⑨ 12,690		3,360
9R	12	470	①② 490	①②⑧ 1,780		480
10R	14	250	①⑤ 240	①⑤③ 410		230
11R	26	2,830	②⑨ 3,610	②⑨⑦ 21,250		2,960

売上高　1,922,875,600円　入場者　2,286人

尼崎ボート（第5日）

利用 5日間 27,338人　売上 121,587人 5日間 157,234,200円 672,015,800円

【尼崎ボート】2R日笠勝（フライング）

				連単	三連単	
1	般日	▲田崎豊	△森智也	○水野暁	⑥④ 7,680	⑥④① 29,220
2	般日	○刀根辰	雛波雄	◎大西隆	④① 1,480	④①② 2,710
3	般日	大崎翔	▲久富政	◎田中和	⑤③ 7,250	⑤③① 22,910
4	般日	◎浅見昌	入倉数	△前田昭	②① 630	②①⑤ 2,910
5	般日	▲小羽正	△大西隆	△加藤峻	④① 770	④①③ 5,820
6	般日	◎吉永泰	▲田崎豊	○刀根辰	①③ 400	①③② 930
7	般日	○北中元	◎田中辰	△新開文	⑤④ 1,100	⑤④① 4,310
8	般日	○浅見昌	○豊田聡	入倉数	①③ 380	①③② 1,090
9	般日	△前田昭	▲田中和	◎渡辺豊	③④ 3,350	③④① 12,910
10	準日	◎伊藤宏	○白石健	▲横田茂	①② 220	①②③ 730
11	準日	◎林美憲	○広瀬将	△中辻崇	①③ 490	①③④ 1,270
12	準日	◎川北浩	▲大池佑	長野道	①② 300	①②④ 1,490

鳴門ボート（第3日）

利用 3日間 25,884人　売上 70,370人 3日間 136,495,900円 376,297,800円

【鳴門ボート】6R栢場優子（欠場＝外）

				連単	三連単	
1予日	○定野久	◎森岡真	△入船幸	③② 540	③②⑥ 1,490
2予日	○西川美	◎平高奈	△松尾美	①⑤ 660	①⑤④ 2,660
3予日	▲平田さ	◎田口節	太田雅	②⑥ 820	②⑥④ 4,260
4予日	◎日高逸	渋田治	加藤奈	④② 1,120	④②⑥ 5,780
5予日	◎海野ゆ	△高橋淳	松尾夏	①③ 200	①③④ 1,310
6予日	◎山川美	△大滝明	△岸恵子	⑤③ 370	⑤③① 900
7予日	◎岩崎芳	△西川美	定野久	①③ 480	①③⑤ 1,160
8予日	◎横西奏	森岡真	水口由	③④ 740	③④⑤ 2,090
9予日	▲大滝明	○金田幸	◎海野ゆ	①④ 660	①④③ 1,000
10賞日	▲新田芳	早坂こ	◎谷川里	②④ 3,030	②④③ 14,200
11特日	◎日高逸	○岩崎芳	△渡辺千	①③ 220	①③② 710
12記日	◎横西奏	○岸恵子	加藤奈	①② 400	①②③ 2,270

◆静岡競輪（最終日）

	枠	単	車単	三連単		三連複
1R	51	4,490	⑦① 3,700	⑦①⑤ 32,490		3,740
2R	24	1,540	②⑤ 1,820	②⑤① 8,050		1,790
3R	31	1,440	③① 1,350	③①⑧ 7,770		5,440
4R	42	4,960	⑤② 14,520	⑤②⑨ 50,900		3,050
5R	63	490	⑨③ 500	⑨③⑤ 1,230		600
6R	61	430	⑨① 330	⑨①④ 7,180		5,700
7R	26	5,830	②⑦ 3,870	②⑦⑤ 14,410		2,990
8R	26	2,320	②⑥ 33,920	②⑥⑤ 219,870		17,090
9R	65	1,790	⑨⑦ 2,040	⑨⑦⑤ 7,170		2,250
10R	26	5,260	②⑨ 6,360	②⑨③ 13,300		1,490
11R	16	220	①⑦ 220	①⑦⑨ 630		380
12R	63	1,910	③③ 10,760	③③⑤ 66,410		5,490

売上高　198,043,900円　入場者　5,952人
総売上　519,391,300円　総入場　13,792人

まるがめボート（第2日）

利用 2日間 26,411人　売上 51,746人 2日間 122,967,600円 243,743,500円

				連単	三連単	
1予日	○栗山繁	◎万正嗣	石間徹	③① 890	③①④ 5,230
2予日	◎深川和	○林慎一	▲濱美敏	⑥② 420	⑥②④ 900
3予日	▲塚田修	◎杉田篤	○平野勇	③⑤ 570	③⑤① 1,830
4予日	松下直	△上田隆	○山谷央	②③ 1,200	②③④ 4,260
5予日	▲赤羽克	山口俊	△江本真	④② 2,770	④②⑥ 7,700
6予日	◎荻野裕	○中島真	▲山下彦	③① 460	③①④ 800
7予日	○万正嗣	高橋二	△塚田修	②③ 2,380	②③⑤ 12,060
8予日	◎松江秀	▲林祐介	○山谷央	①④ 300	①④② 420
9予日	◎杉田篤	△上田隆	▲馬袋義	③② 590	③②④ 2,060
10賞日	◎金子拓	○山下彦	▲江本真	②① 680	②①④ 1,720
11特日	◎浜崎直	○中村有	△荻野裕	①④ 410	①④⑤ 1,060
12特日	○馬袋義	△奥田誠	◎松江秀	①⑥ 2,130	①⑥③ 5,640

芦屋ボート（最終日）

利用 6日間 190,669人　売上 724,405人 6日間 1,456,117,100円 5,270,419,100円

◇芦屋ＧⅠ・全日本王座決定戦　12Ｒ　優勝Ｈ1800ｍ

着順	連番	選手名	住所	準Ｓ	今回成績
1	2	○平本　真之	（愛知）	②15	①③②③①④①
2	1	◎三井所尊春	（佐賀）	①12	①①⑤②③①①
3	6	△赤岩　善生	（愛知）	⑤11	②②①②⑤①②
4	4	山崎　智也	（群馬）	④14	②①②①⑤②②
5	6	菊地　孝平	（静岡）	⑥06	③②①③⑥②
6	3	▲金子　龍介	（兵庫）	③11	①⑥③①③②①

▽タイム　1分44秒7（差し）
▽2連単 ❷―❶ 1,830円⑦
▽2連複 ❶―❷ 410円②
▽3連単 ❷①⑤ 7,200円㉘
▽3連複 ❶❷⑤ 1,160円⑥

				連単	三連単	
1般日	中野次	○仲口博	▲市橋卓	④② 5,030	④②⑤ 20,800
2般日	◎津留浩	重野哲	△岩崎正	①⑤ 1,890	①⑤⑥ 8,010
3般日	○平石和	川上剛	前田将	①③ 1,430	①③② 4,790
4般日	○吉田拡	▲山本次	◎中島孝	③④ 1,680	③④② 4,520
5般日	△川崎智	◎木村光	中尾誠	③① 1,410	③①② 9,230
6般日	○飯山泰	池本輝	◎井口佳	①② 730	①②③ 1,690
7般日	◎郷原章	△鳥野賢	○吉村正	①② 360	①②⑤ 1,130
8般日	◎池田浩	大平誉	△岩崎正	①② 490	①②⑤ 3,060
9般日	○篠崎元	▲山本次	桐生順	①③ 500	①③⑥ 3,240
10選日	◎井口佳	郷原章	△正木聖	①④ 410	①④③ 2,620
11順日	◎角谷健	△中島孝	○池田浩	①⑤ 1,280	①⑤③ 3,190
12優日	○平本真	◎三井所	△赤岩善	②① 1,830	②①⑤ 7,200

児島ボート（最終日）

利用 5日間 17,132人　売上 60,588人 5日間 95,685,300円 346,200,900円

				連単	三連単	
1般日	◎一瀬明	友永明	○内田貴	①⑤ 1,180	①⑤③ 3,550
2般日	◎武田信	○田中浩	△鈴木孝	③① 980	③①④ 3,040
3般日	○泉啓文	◎泉啓文	△小川広	②① 530	②①④ 1,930
4般日	△島田賢	▲大串重	福嶋智	②④ 820	②④⑤ 1,990
5般日	◎沖　悟	▲作野恒	○竹村祥	①⑤ 650	①⑤② 1,400
6般日	▲大西源	◎渡辺和	吉村重	④① 660	④①⑥ 10,220
7般日	▲藤本佳	○飯島誠	浦田信	④① 1,190	④①⑥ 10,570
8般日	◎大場敏	○李野誓	△武田信	③① 1,030	③①⑤ 4,450
9般日	◎大西源	△松尾光	○竹村祥	①⑥ 2,130	①⑥④ 5,250
10選日	◎山一鉄	○飯島誠	▲藤井徹	①④ 500	①④⑤ 1,760
11順日	岩津徹	◎大場敏	池上隆	④① 4,220	④①⑥ 37,480
12優日	◎山本隆	◎小畑実	▲佐木和	①② 310	①②③ 800

三国ボート（第4日）

利用 4日間 12,207人　売上 41,855人 4日間 62,565,100円 183,332,700円

				連単	三連単	
1賞日	▲木田峰	○北岡淳	◎麻生慎	⑤② 6,450	⑤②① 11,600
2般日	○岸蔭亮	柾田敏	◎渡辺伸	⑤⑥ 1,310	⑤⑥④ 4,110
3般日	◎原田順	小林享	△尾形栄	①④ 720	①④⑤ 3,460
4般日	◎後藤介	○高野哲	▲広瀬聖	②① 490	②①⑤ 1,180
5般日	◎菊池峰	木田峰	浜田和	①⑥ 2,360	①⑥④ 12,410
6般日	○山本寛	▲玄馬徹	○橋本久	③④ 780	③④② 1,610
7般日	○下條雄	井川真	○梶野学	①④ 1,760	①④② 3,280
8般日	▲富永正	○萩原秀	△信濃由	②③ 2,000	②③① 6,190
9般日	▲岸蔭亮	△広瀬聖	◎塩田雄	③④ 2,040	③④① 11,740
10般日	○君島秀	△藤井定	渡辺伸	①③ 430	①③⑥ 1,670
11準日	◎船岡洋	○小林享	○後藤介	①② 1,160	①②③ 2,810
12準日	○山本寛	○萩原秀	▲梶野学	①② 280	①②③ 610

とこなめボート（第3日）

利用 3日間 11,027人　売上 29,191人 3日間 79,493,600円 189,921,700円

				連単	三連単	
1般日	△豊田光	○井芹大	▲鈴木光	①④ 680	①④③ 2,300
2般日	◎鎌倉涼	△古川舞	○喜多那	②⑤ 1,180	②⑤① 2,610
3般日	△本吉正	○宇野弥	▲新鶴田	④② 2,940	④②① 7,610
4般日	◎新田雄	▲中渡修	清水攻	②③ 490	②③⑤ 1,480
5般日	▲白石浩	○天野晶	下河誉	④③ 6,700	④③⑥ 42,000
6般日	○村上功	△斎藤和	▲泉祥史	②④ 740	②④① 5,790
7般日	○中里英	▲平野和	新出浩	④② 450	④②① 2,130
8般日	○山崎哲	◎藤岡俊	▲寺本重	③④ 570	③④② 1,170
9般日	○横沢剛	井芹大	○亀山雅	④⑤ 910	④⑤③ 3,460
10準日	▲宇野弥	平野和	○鈴木賢	⑤⑥ 5,860	⑤⑥② 25,840
11準日	◎藤岡俊	▲山崎哲	△村上功	①④ 560	①④③ 2,410
12準日	◎横沢剛	寺本重	△亀山雅	①⑤ 990	①⑤④ 3,030

蒲郡ボート（第6日）

利用 6日間 89,914人 453,779人　売上 6日間 449,153,100円 2,508,256,300円

				連単	三連単	
1般日	○藤田治	児玉旭	▲田川晴	⑥③ 1,210	⑥③① 5,320
2般日	○中尾英	◎古場輝	△塚本太	②⑥ 830	②⑥③ 2,680
3般日	◎中村守	△小林晋	▲一色雅	①⑤ 580	①⑤⑥ 1,250
4般日	◎吉田徳	南部圭	▲大沢普	②① 1,100	②①⑤ 4,950
5般日	○高橋英	◎石田政	△沖島広	②③ 790	②③④ 2,840
6般日	◎待島雄	△林惠祐	○岩瀬裕	②① 1,340	②①③ 3,060
7般日	○一宮稔	▲神原直	◎石田政	④② 790	④②① 1,770
8般日	○長田頼	◎吉田稔	○中尾英	②① 450	②①⑥ 2,760
9般日	◎大沢普	高橋英	△待島雄	①⑥ 3,290	①⑥④ 11,420
10準日	○河村了	中嶋健	神原直	①⑤ 970	①⑤③ 3,990
11準日	◎一宮稔	沖島広	▲長田頼	①⑤ 1,320	①⑤③ 3,270
12般日	◎畑和宏	▲森脇徹	○古場輝	①③ 580	①③② 1,680

出走表、成績、場外発売などは主催者発行のものをご参照下さい。本紙ではレース結果などの電話でのお問い合わせにはお答えしておりません。主催者のテレホンサービスをご利用下さい。電話番号は出走表の冒頭に掲載してあります。

デイリースポーツ

お問合わせ多数のため キャンペーン 期間延長いたします。

2月15日迄のご予約で、通常7万円の包茎治療、増大治療が 各45,000円

包茎手術　SACレーザーカット法は当院だけの技術

長茎手術　埋没陰茎術、脂肪吸引術、さくら独自の形成手術

亀頭増大　半永久的な効果を生む、最先端形成注入法

早漏治療　さくらオリジナル早漏対策「Sコーティング治療」

生涯現役サポート　男の悩みは、さくらで安心!

ゴルフの時の風呂が気になるけど・・・。

将来、介護を受けるとき恥ずかしいな。

形成専門医による最新高度形成技術

ED薬処方の方 割得システム（リピーターの方は最大20%割引）

形成外科 泌尿器科 さくら形成クリニック　年中無休　完全予約制

シニア割引有り 50~60代の方にも多数ご来院いただいています。

無料相談実施中　まずは、ご相談ください。お問い合せ ご予約は 0120-195-390（携帯可）受付／9:00~21:00

詳しくは、当院ホームページをご覧ください。http://www.sakura-kc.com

神戸院　神戸市中央区北長狭通4-1-12 鯉川ビル5F 元町駅下車 東口より北へスグ

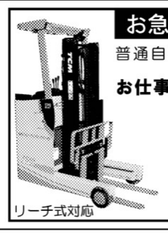
梅田院　大阪市北区梅田1-1-3大阪駅前第3ビル2F 梅田各駅より 徒歩3分

お急ぎの方は、4日連続スピードコース　お忙しい方は、週1日×4回 のフリースケジュールコース

普通自動車免許をお持ちの方なら、4日間の日程で最大荷重1トン以上のフォークリフト作業資格の取得が可能です

お仕事しながらでも週1日から通うことができるフリースケジュールシステム採用

教育訓練給付金制度 厚生労働大臣指定講座



リーチ式対応

阪神フォークリフトスクール　尼崎市大物町1-1-1（阪神大物駅前）

資格をお持ちの方の時間貸し練習コースもあります　兵労基安登録第315号　produced by 阪神ライディングスクール

www.hanshin-fs.com　阪神大物駅降りてすぐ　06-6401-7757