学習プラン　　年　　月　　日（　　）　までに達成する！！　　試験日　　年　　月　　日（　　）

| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | メモ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| セルフイメージを手に入れる | 開始日　/ | 最強のセルフイメージ | | | | | | | | |
| | 半分　OK　✓ | □ | | | | | | | | |
| | 8割　OK　✓ | □ | | | | | | | | |
| | 完璧なら　✓ | □ | | | | | | | | |
| 視機能系 | 開始日　/ | 屈折状態の種類と特徴 | 屈折要素 | 調節 | 視力 | 視力の測定 | 視機能　実技編 | | | |
| | 半分　OK　✓ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | | | |
| | 8割　OK　✓ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | | | |
| | 完璧なら　✓ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | | | |
| 光学系 | 開始日　/ | 物理光学・幾何光学 | 眼光学・生理光学 | 眼鏡光学 | | | | | | |
| | 半分　OK　✓ | □ | □ | □ | | | | | | |
| | 8割　OK　✓ | □ | □ | □ | | | | | | |
| | 完璧なら　✓ | □ | □ | □ | | | | | | |
| 商品系 | 開始日　/ | 眼鏡フレーム | 眼鏡レンズ | 眼鏡の取り扱い・手入れ<br>その他商品 | | | | | | |
| | 半分　OK　✓ | □ | □ | □ | | | | | | |
| | 8割　OK　✓ | □ | □ | □ | | | | | | |
| | 完璧なら　✓ | □ | □ | □ | | | | | | |
| 眼鏡販売系 | 開始日　/ | 接客・接遇・マナー | コンサルティング | | | | | | | |
| | 半分　OK　✓ | □ | □ | | | | | | | |
| | 8割　OK　✓ | □ | □ | | | | | | | |
| | 完璧なら　✓ | □ | □ | | | | | | | |
| 加工作製系 | 開始日　/ | 眼鏡設計 | 眼鏡作製 | 眼鏡修理 | | | | | | |
| | 半分　OK　✓ | □ | □ | □ | | | | | | |
| | 8割　OK　✓ | □ | □ | □ | | | | | | |
| | 完璧なら　✓ | □ | □ | □ | | | | | | |
| フィッティング系 | 開始日　/ | フィッティングの目的 | 光学的フィッティング | 力学的フィッティング | 解剖学的フィッティング | 美観的フィッティング | フィッティングの実務 | ビジュアルポイントの確認 | フィッティングの種類 | |
| | 半分　OK　✓ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | |
| | 8割　OK　✓ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | |
| | 完璧なら　✓ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | |
| 企業倫理・コンプライアンス | 開始日　/ | 眼鏡関連法規 | 眼科専門医との連携 | 連携における視能訓練士の役割 | | | | | | |
| | 半分　OK　✓ | □ | □ | □ | | | | | | |
| | 8割　OK　✓ | □ | □ | □ | | | | | | |
| | 完璧なら　✓ | □ | □ | □ | | | | | | |
| 眼科学の基礎と眼疾患 | 開始日　/ | 眼鏡作製と眼疾患 | | | | | | | | |
| | 半分　OK　✓ | □ | | | | | | | | |
| | 8割　OK　✓ | □ | | | | | | | | |
| | 完璧なら　✓ | □ | | | | | | | | |
| 過去問題と解説 | 開始日　/ | 1級学科試験（2022年）【問題】 | 1級学科試験（2022年）【解説】 | 2級学科試験（2022年）【問題】 | 2級学科試験（2022年）【解説】 | 1級学科試験（2023年）【問題】 | 1級学科試験（2023年）【解説】 | 2級学科試験（2023年）【問題】 | 2級学科試験（2023年）【解説】 | |
| | 半分　OK　✓ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | |
| | 8割　OK　✓ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | |
| | 完璧なら　✓ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | □ | |