

フットケア講座

皆さんは『フットケア』と聞いて何をイメージされますか？
マッサージ？足つぼ？ネイル？そんなイメージを抱かれると思います。
この講座では『爪ケア』・『足裏ケア』・『靴の選定や履き方』・
『足趾の運動』などカテゴリー別に足について講座を行います。
一緒に学びませんか？

日時：10月17日(金) 13:00~14:30

場所：2階 講座室1

内容：

- ◆糖尿病とフットケアの関係性
- ◆骨や筋肉など足の構造の解剖学や運動学
- ◆自分でできる足のトラブルを予防する体操や運動

定員：先着20名（申込制）

持ち物：普段履いている靴、靴下

申込：9月17日(水)~定員になり次第終了

講師：フットケアリスト

福祉用具専門相談員 村本 美代子 氏

