



神戸市看護大学

第97回 まちの保健室



フットケアの日 ～歩ける足をいつまでも！～

日時：平成31年 2月17日(日)
14:00～15:30(受付13:45～)

場所：神戸市看護大学 北館2階

ミニ講義：「足の健康と靴との深い関係」(15分)

体験コーナー

*足のサイズを測りましょう

足長・足囲の測定、
皮膚や爪のチェック(家でできる観察ポイント)

*下肢と足のエクササイズ

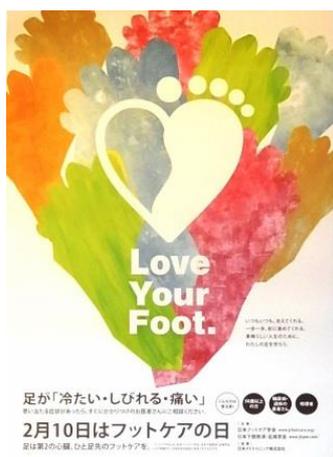
足趾の体操、下肢のエクササイズ



【講師】

神戸市看護大学慢性病看護学教員 池田清子・畑中あかね・山尾美希
日本フットケア学会フットケア指導士 白石夕起子・野澤裕子ほか

- ・当日は、素足になっていただき、マットの上で足の観察や体操を行います。素足になれる服装でお越し下さい。
- ・室内履き（種類は問いません）をご持参下さい。



お電話で受付中
先着50名様

〈お申込み・お問い合わせ〉 平日9:00～15:00
神戸市看護大学
地域連携教育・研究センター 事務局(古谷)
TEL :078(794)8080/ FAX :078(794)8086