

平成26年度 J-net 第7回楽習会のご案内（公開講座）

健康は足元から

一般的に、「足から歳を取る」などと言われていています。足は体を支える大事な土台です。

あなたの足は元気ですか？足の爪は元気ですか？

足の爪や指にトラブルが起こると転倒(ころぶ)など思わぬ事態を引き起こすことがあります。

生涯、自分の足で歩くために足の健康を見なおしてみましよう。

足の健康を見つめ続けた講師、貴重な体験を基にした講話そして足のマッサージの実技を披露します。

と き:平成26年7月10日(木)

13時30分～15時30分

ところ:日立市女性センター4階 多目的ホール

講 師:保健師、^{こかく}小角 和子氏

日本フットケア学会会員

「爪切り屋」メディカルフットケアJF協会1級

