

いつまでも自分の足で 歩き続けるために 足の健康チェック講座

令和8年1月31日(土) 11:00 ▶ 12:30



講師 **山田 吏郎氏**

足のクリニック表参道・足専門理学療法士

定員 20名(先着) 中学生以上

費用 無料

会場 ひがし健康プラザB1階 談話室

スタッフ 白木恵美子（フットケア看護師）/古賀敬也（理学療法士）

- ✓ この講座では、足の専門チームが“自分の足を知る”ことから始める健康づくりをサポートします。
- ✓ 足と爪の仕組みや変化をわかりやすく学び、ご自身の足タイプをセルフチェックします。
- ✓ 足のお悩み相談ブースと看護師によるフットケア体験ブースに分かれて、実際に役立つケアや対処法を体験します。

お申込み・お問合せ

ひがし健康プラザ
☎ 03-5466-2291

〒150-0011 渋谷区東3-14-13

申込QRコード

