

自分の足を知る第一歩

足の健康チェック講座

イベント日程

2025年2月15日(土)

2025年3月1日(土)

10:00~11:30

ひがし健康プラザ B1F談話室

この講座では、足の基本的な構造や役割を学び、
自分の足の健康状態をチェックする方法をお伝えします。
また講座終了後には、参加者限定で「足の相談室」を開催！
普段感じている足の悩みや不安について、専門家に直接相談できる機会をご用意！
セルフケアのポイントから日常生活のアドバイスまで、
足元から健康な毎日をサポートします♪



講師

古賀 敬也 氏

足のクリニック 表参道・足専門理学療法士



対象

中学生
以上

費用

無料

定員

20名
【先着】

応募フォーム

【2月15日】



【3月1日】



ひがし健康プラザ
☎03-5466-2291

