

フットケア教室

あなたの足大丈夫？ 間違ったクツの選び方や履き方をしていませんか？

8月22日(土)

10:00～12:00

会場：北野生涯学習センター本館中会議室

講師：大北美紀 氏

久留米大学医療センター
皮膚・排泄ケア認定看護師



プリントを使って実際に足型をとります（希望者）

足のトラブルや足のケアの方法について役立つ話と実技を紹介します。
足をケアして健康になりましょう！

講話

足を大切にすることの7つのポイント

実技

- ①足の健康体操
- ②正しい靴の選び方・履き方
- ③足型でわかる足の状態など

定員20名

(先着順)

受講料無料

■ 準備物：動きやすい服装、履きなれた靴、筆記具

■ 申込開始：7月23日（木）9時

■ 一時保育：無料 定員5人 8月12日（水）17時まで
に要事前申込 首がすわった頃～就学前まで

■ 申込方法：窓口、電話、ファックス、電子申請



問合せ先：久留米市北野生涯学習センター（久留米市北野総合支所文化スポーツ課）

久留米市北野町中273-1

電話（0942）78-2308

FAX（0942）78-7283

電子申請 →
24時間受付中→

