

# 市民公開講座

入場料  
無料



日時：2016年5月8日(日) 13時～16時30分 (受付12時45分～)

会場：パレアホール (県民交流館パレア 10階) 熊本市中央区手取本町8-9

## イベントのご案内

### 元気に歩くためのミニ講座 4本 【ステージ前】

参加費  
無料



13:00～13:25	高齢者の足と靴と健康	(株)アサヒコーポレーション 古賀稔健
13:30～13:55	快適に歩くための靴選び	(株)有園義肢 有園泰弘
14:00～14:25	インソールの役割～歩苦から歩喜へ～	歩きとからだ本舗 橋本結樹
14:30～14:55	歩き方が変わる靴の履き方	シューズクラトミ シューフィッター 須崎雄祐

### フットケア体験コーナー

足裏や爪の正しいケア方法を  
知っていますか？フットケアの  
プロがお手入れの順序をお話しながら  
あなたの足をピカピカにしてくれますよ！  
ぜひ一度体験してみませんか？

参加費  
無料

【受付 12:45～】

担当：フットケアスペシャリスト

### スロージョギング

参加費  
無料

スロージョギングで脳を活性化させましょう

- スタート 15:00～ (14:50 受付)
- スタート 15:50～ (15:40 受付)



【各20名】

担当：せんだメディカルクリニック 田崎誠観

### フットプリントと足計測

参加費  
無料

自分の足のサイズと形を知っていますか？

あなたのカットから足先まで本当は何センチ？

足型はご来場記念にプレゼントします 【50名様】

担当：シューフィッター、フットケアスペシャリスト

### 足のお悩み相談コーナー

参加費  
無料

あなたの足は健康ですか？  
日ごろ足のことで悩みをお持ち  
ではありませんか？ 医師・看護師が  
あなたのご相談をお受けいたします



【随時受付】

担当：医師 竹内一馬, 千田治道 他  
看護師 石橋理津子, 村上真子 他

### 靴べらワークショップ

¥500

— 名入れ刻印体験 — 限定50個 —

自分の名前を刻印してオリジナル靴べらを

作りませんか？ (本革製) 【受付 12:45～】

担当：レザークラフトショップ ANGEL 森川嘉昭

※ミニ講座以外は受付をお済ませください  
足を出しやすい服装でおこください

主催：NPO法人介護予防フットケアサポートねっと

後援：熊本県、熊本市、熊本実践フットケア研究会、医療法人CCR せんだメディカルクリニック

◆お問合せ先◆ 熊本市中央区九品寺2-3-7 牛島ビル1F フットケアフロムペディ TEL: 096-335-7266 (12時～16時)