

**NPO 法人足もと健康サポートねっと
市民公開講座
「歩こう！走ろう！キレイになろう！
足のすべて2days」
成果報告書**

平成23年12月14日

市民公開講座 12月10日

ミニレクチャー①～⑫ 場所:ミニレクチャーコーナー

司会: 竹内 一馬

(NPO 法人足もと健康サポートねっと理事長・那珂川病院血管外科部長)

- | | | |
|-------|---|---|
| 10:25 | 【開会の辞】 | 竹内 一馬
(那珂川病院 血管外科 部長) |
| 10:30 | 【「FTAシューフィッター」による子供靴の選び方】 | 倉富 美紀
(シューズクラトミ大濠店 店長) |
| 11:00 | 【足に合った靴の選び方】 | 渡邊 裕子
(コンフォートクリニック
博多阪急店 店長) |
| 11:30 | 【無理なく簡単！ディリー・トニングでキレイ、健康を目指そう】 | 井村 学
(株)ムーンスター ブランド戦略室
ブランドマネージャー) |
| 13:00 | 【足の痛みと動脈硬化】 | 末松 延裕
(福岡赤十字病院 循環器科) |
| 13:30 | 【糖尿病で足を失わない！】 | 竹之下 博正
(福岡大学病院
内分泌糖尿病内科 助教) |
| 14:00 | 【どんな人も役に立つ！糖尿病の食事療法
～気にしていますか？バラ・ン・ス～】 | 杉山 佳子
(長尾病院 栄養科 管理栄養士) |
| 15:00 | 【うおのめ(鶏眼)たこ(胼胝)どうしてますか？】 | 石橋 理津子
(新古賀病院 創傷治療センター
管理師長 フットケア認定指導士) |
| 15:30 | 【自宅でできる簡単ストレッチ】 | 猪熊 美保
(新古賀病院 理学療法士) |
| 16:00 | 【透析患者をおびやかす足もとの危険】 | 中村 秀俊
(小倉第一病院 院長) |
| 16:30 | 【水虫は治らないとあきらめていませんか？】 | 田中 摩弥
(原土井病院 皮膚科) |
| 17:00 | 【明日から食事で実践！アンチメタボ・アンチエイジング】 | 明比 祐子
(福岡大学病院
内分泌糖尿病内科 准教授) |
| 17:30 | 【自宅でできる創処置】 | 増本 和之
(佐賀大学医学部付属病院
形成外科 助教) |

市民公開講座 12月11日

ミニレクチャー①～⑬ 場所:ミニレクチャーコーナー

司会: 竹内 一馬 (NPO 法人足もと健康サポートねっと理事長・那珂川病院血管外科部長)

竹之下 博正 (福岡大学病院 内分泌糖尿病内科 助教)

- | | | |
|-------|--|------------------------------------|
| 10:30 | 【医療におけるフットケアの現状】 | 西田 壽代
(足のナースクリニック 代表) |
| 11:00 | 【足からのSOS】 | 井上 祐子
(白石共立病院 透析室看護師
副主任) |
| 11:30 | 【太るも痩せるも食事が基本!
～病院栄養士の観点から～】 | 林田 由美子
(那珂川病院 栄養科 管理栄養士) |
| 13:00 | 【上級シューフィッターが選ぶランニングシューズ
～大丈夫?あなたのランニングシューズの選び方】 | 前田 誠
(楽歩堂 博多阪急店 店長) |
| 13:30 | 【足の変形 “外反母趾、扁平足、甲高、”】 | 松久保 耕作
(医)あかま整形クリニック 院長) |
| 14:00 | 【義肢装具士が作るフットウェア】 | 有菌 康弘
(熊本有菌義肢株式会社 専務) |
| 14:30 | 【知らなかった!こんな治療法】 | 竹内 一馬
(那珂川病院 血管外科 部長) |
| 15:00 | 【健康長寿は爪のお手入れから】 | 鶴田 朋子
(熊本フットケアサロン フロムペディ
代表) |
| 15:30 | 【ほっとけない!糖尿病と足のこと】 | 藤井 純子
(佐賀医学部付属病院
糖尿病看護認定看護師) |
| 16:00 | 【綺麗な “あし、” であるために】 | 石井 義輝
(健和会大手町病院 形成外科
副院長) |
| 16:30 | 【誰も教えてくれなかった!!
パンプス選びのコツ教えちゃいます♪】 | 吉田 恵
(婦人靴パッサンド 代表) |
| 17:00 | 【歩行時間の問題分析】 | 岡橋 信浩
(株)アステム 事業開発担当部
部長) |
| 17:30 | 【健康を考えた靴選び～足と靴の問題解決!】 | 倉富 英史
(シューズクラトミ 代表) |

市民公開講座 12月11日

ミニレクチャー⑭～⑰

場所:エクササイズコーナー

10:30 14:00 【ワコール「サクセスウォーク」快適なパンプスの選び方】

岡 智恵子

(ワコール ウェルネス事業部
コンディショニングアドバイザー)

11:00 【水を楽しむアクアエクササイズ】

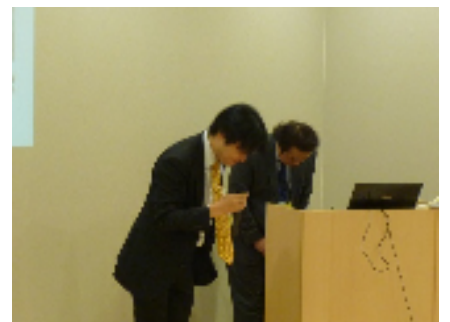
平野 雅巳

(福岡大学スポーツ科学部
助教)

17:40 【今日から始めるスロージョギング】

飛奈 卓郎

(福岡大学スポーツ科学部
助教)



概要

会議名：NPO法人足もと健康サポートねっと 市民公開講座
「走ろう！歩こう！キレイになろう！足のすべて2days」

会期：平成23年12月10日（土）・11日（日）

実行委員長：竹内 一馬
(NPO法人足もと健康サポートねっと理事長
那珂川病院血管外科部長)

会場：博多阪急 7階
イベントホール「ミューズ」

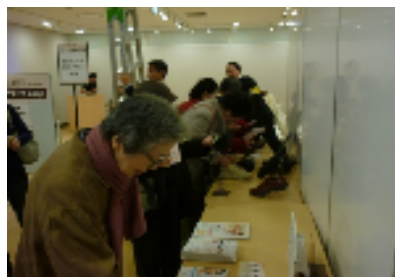
参加者：名 1183名(概数)

参加費：無料

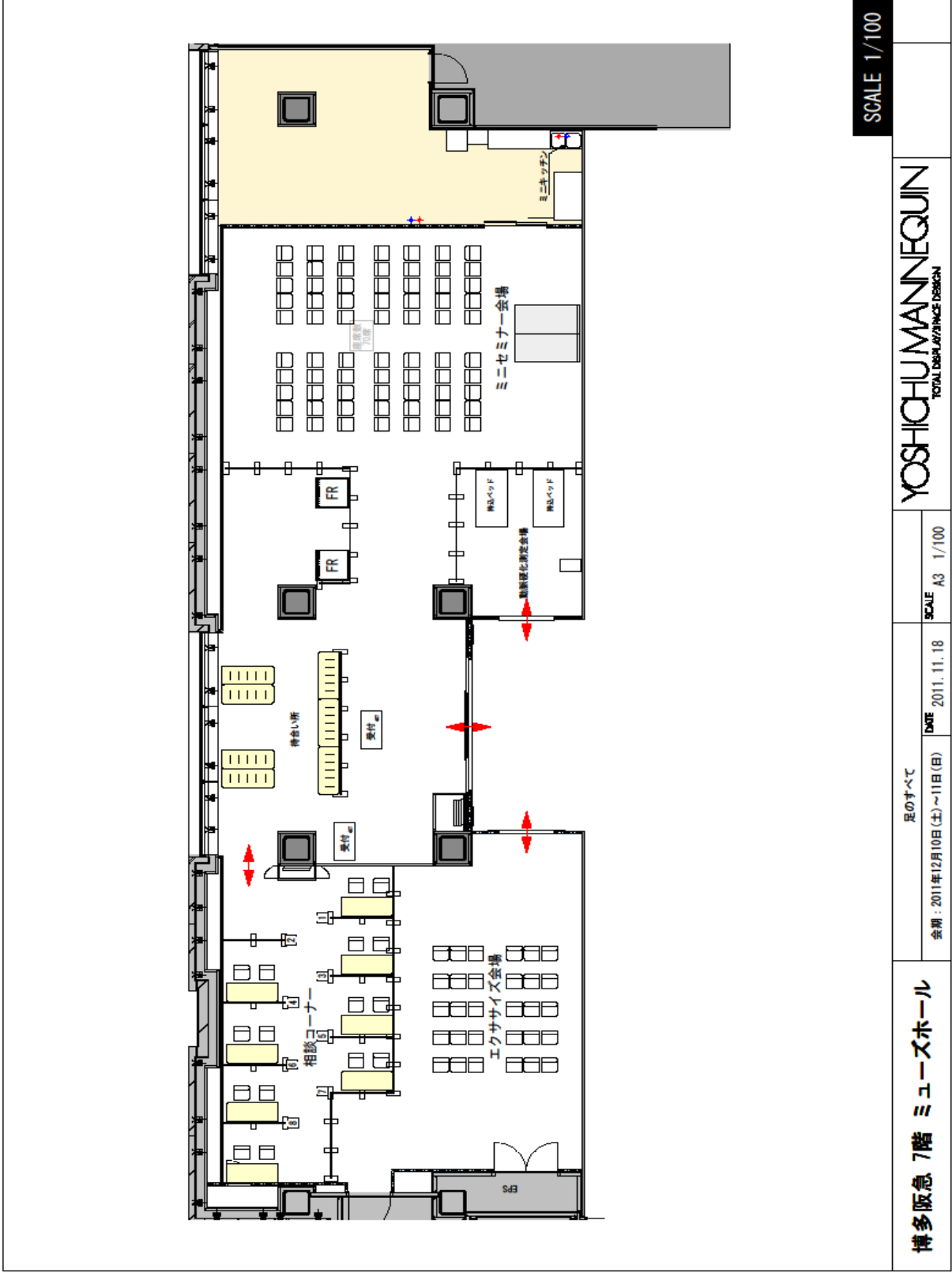


展示・体験イベント

- ◆ミニコンサート
- ◆医師・看護師等による無料相談コーナー
- ◆ABIによる無料動脈硬化検診コーナー
- ◆福岡大学スポーツ科学部博士研究員の健康づくり講座
- ◆ストレッチボール体験会
- ◆バランスボール体験会
- ◆ワコール「CW-X」歩き方講座
- ◆ワコール「スタイルウォーク」美しく快適に歩くための姿勢チェック講座
- ◆今日から始めるスロージョギング・スローステップ
- ◆ウォーキングスタイリストによる恩田恵華によるビューティウォーク
—後姿を美しく—
- ◆ノルディックウォーキング
- ◆各売り場による足型計測
- ◆シューアドバイザーによるお手入れ講座
- ◆アドバイザーによるフィッティングや歩き方アドバイス会
- ◆フルオーダーインソール測定会・歩行解析機による無料診断
- ◆義足の展示・健康靴の展示



会場



SCALE 1/100

YOSHICHIU MANNINGUIN
TOTAL DISPLAY/SPACE DESIGN

SCALE A3 1/100

DATE 2011. 11. 18

足のすべて
会期：2011年12月10日(土)～11日(日)

博多阪急 7階 ミュースホール

広報物

歩こう!走ろう!キレイになろう!

足のすべて2days

みなさまと足と健康のことを考えてもたらえる本コンレクチャー、健康、美容などのイベント開催の2日間です。健康な方はもちろん足に悩みを持っている方も参加はぜひ。足の悩み、歩き方(下肢姿勢)の改善、健康な方、ウォーキングに悩んでいる方、正しいトレーニングを知りたい方、歩きやすさが感じられない方などが参加のみなさまのご参加をお待ちしております。

日時:平成23年
12月10日(土)
11日(日)

時間:10:00~18:00
 会場:博多駅前 7階 イベントホール「モエーズ」

参加費 無料
(健康で参加も、すべて無料です!)

イベント内容

全日	足についてのミニレクチャー	全30本
全日	エクササイズ体験コーナー	全12本
10時	福岡大学スポーツ科学部博士研究員の健康づくり講座	
11時	医師・看護師などによる無料相談コーナー	
11時	ABIによる最新情報発信体験コーナー	

●シューアドバイザーによるお手入れ講座(看護師士指導)
 ●アドバイザーによるフットケアや歩き方アドバイス(全4種)人見先生
 ●「ムースター」による最新情報発信体験コーナー
 ●足指矯正器による計測(医師士指導、医師フェルナンデス先生)
 ●フルオーダーインソール研究会・歩行診断による最新情報発信体験コーナー

— NPO法人 足もと健康サポートねっととは? —

博多阪急

お問い合わせ : 092-401-5756

足のすべて2days事務局
 〒812-0002 福岡県博多区博多駅前2-7-10
 092-401-5756

同会づくり講座・最新情報

12月10日(土) 足元健康サポート研究会・福岡大学・福岡県立大学
 12月11日(日) 医師・看護師などによる無料相談コーナー

10時 足についてのミニレクチャー

時間	内容	講師
10:00-10:15	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
10:15-10:30	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
10:30-10:45	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
10:45-11:00	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
11:00-11:15	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
11:15-11:30	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
11:30-11:45	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
11:45-12:00	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
12:00-12:15	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
12:15-12:30	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
12:30-12:45	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
12:45-13:00	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
13:00-13:15	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
13:15-13:30	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
13:30-13:45	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
13:45-14:00	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
14:00-14:15	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
14:15-14:30	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
14:30-14:45	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
14:45-15:00	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
15:00-15:15	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
15:15-15:30	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
15:30-15:45	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
15:45-16:00	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
16:00-16:15	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
16:15-16:30	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
16:30-16:45	足についてのミニレクチャー	山本 浩一
16:45-17:00	足についてのミニレクチャー	山本 浩一

11時 医師・看護師などによる無料相談コーナー

時間	内容	講師
11:00-11:15	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一
11:15-11:30	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一
11:30-11:45	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一
11:45-12:00	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一
12:00-12:15	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一
12:15-12:30	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一
12:30-12:45	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一
12:45-13:00	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一
13:00-13:15	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一
13:15-13:30	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一
13:30-13:45	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一
13:45-14:00	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一
14:00-14:15	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一
14:15-14:30	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一
14:30-14:45	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一
14:45-15:00	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一
15:00-15:15	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一
15:15-15:30	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一
15:30-15:45	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一
15:45-16:00	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一
16:00-16:15	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一
16:15-16:30	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一
16:30-16:45	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一
16:45-17:00	医師・看護師などによる無料相談コーナー	山本 浩一

11時 ABIによる最新情報発信体験コーナー

時間	内容	講師
11:00-11:15	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一
11:15-11:30	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一
11:30-11:45	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一
11:45-12:00	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一
12:00-12:15	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一
12:15-12:30	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一
12:30-12:45	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一
12:45-13:00	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一
13:00-13:15	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一
13:15-13:30	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一
13:30-13:45	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一
13:45-14:00	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一
14:00-14:15	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一
14:15-14:30	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一
14:30-14:45	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一
14:45-15:00	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一
15:00-15:15	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一
15:15-15:30	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一
15:30-15:45	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一
15:45-16:00	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一
16:00-16:15	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一
16:15-16:30	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一
16:30-16:45	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一
16:45-17:00	ABIによる最新情報発信体験コーナー	山本 浩一



広報手段



<チラシ>

- ・福岡市内保健所への配布 1890枚
- ・福岡市役所 100枚

<新聞>

- ・西日本新聞 12月5日(月)朝刊
- ・西日本新聞 朝刊
- ・読売新聞 12月4日(日)朝刊
- ・毎日新聞

<阪急>

- ・西日本新聞折り込み 12月5日(月)朝刊

来場者数

博多阪急7Fイベントホール「ミューズ」

日付	コーナー	時間	入り人数
12月10日	足についてのミニレクチャーコーナー	10:30~18:00	520名
12月10日	エクササイズ体験コーナー	10:30~18:00	55名
12月10日	健康づくりコーナー(全4回)	12:30~16:00	44名
12月10日	無料相談コーナー	16:30~18:00	11名
	12月10日合計		630名
12月11日	足についてのミニレクチャーコーナー	10:30~18:00	630名
12月11日	エクササイズ体験コーナー	10:30~18:00	110名
12月11日	無料相談コーナー 全般	10:00~13:30	54名
	無料相談コーナー 爪	10:00~13:30	11名
	無料相談コーナー 全般	14:00~17:30	26名
	無料相談コーナー 爪	14:00~17:30	7名
12月11日	ABIコーナー	10:00~12:30	56名
		13:00~15:30	45名
		16:00~17:30	24名
12月11日	展示コーナー (10日はカウントしておりません)	10:00~	15名
		11:00~	35名
		12:00~	30名
		13:00~	40名
		14:00~	35名
		15:00~	40名
		16:00~	25名
	12月11日合計		1183名

両日合計 1813名