

～ふれあいの会&包括共催事業～



フットケア & 靴の選び方



2月13日(金)

13:00~14:30



少しのケアと正しい靴選びで、歩くことがもっと楽しく、安心になります。ご自身の足の特徴を知り、これからも元気にお出かけできる足づくりを一緒に始めましょう！



講師

老人保健施設リハビリポート横浜
看護師・理学療法士



場所

中野地域ケアプラザ 多目的ホール



持ち物他

筆記用具・飲み物・出来れば爪切り
(タイツ・ストッキングは避けて)脱げる靴下でお越しく下さい



申込方法

30名 先着順 (費用は無料です)

下記へ電話か来所又は、申し込みフォームからお願いします！

横浜市中野地域ケアプラザ
地域包括支援センター

Tel. 045-896-0711

* 右記のフォームからもお申込ができます！

