

理学療法士が教える 子どものための足育講座

足育とは

正しい靴を選び、正しい足のケアを小さい頃から行い、足の機能を守り育てることです。(引用:シューズフィットドットコム)

子どもの運動能力や、集中力にも関係があると言われていた靴足は体を支える大切な土台です。

一度お子様の足をしっかりと見直してみませんか？

日時: 8月26日(土)
10:00~12:00



理学療法士が足を計測して、
データを見ながら説明します。

- ① 足の計測会
- ② 足の健康のためにたいせつなことは？
- ③ 子どもの靴の選び方・履き方

対 象: 低学年以下のお子様がいる親子または
親のみの参加もできます。

参加費
無料

【場 所】 横浜市山下地域ケアプラザ

【定 員】 10組限定(先着順)

【持ち物】 普段履いている靴、飲み物、筆記用具

【申 込】 電話または窓口

【連絡先】 横浜市緑区北八朔町218-13

T E L : 045(931)6275 (地域活動交流まで)