

この人に転んでほしくないから、できること

# フットケア&お足玉体操

2015年

1月17日(土)

10:00~12:00

洗える

「お足玉」を  
プレゼント!!



## ◆立つ・歩く・尊厳を守るフットケア

い・・・痛みをとる

や・・・やさしく触る・さする・包む

す・・・すきま時間を活用

待望のDVD化! ↓↓↓

## ◆転ばないための「お足玉体操」

楽しいから夢中になれる

転ばないための、筋力がつく



イラスト:川上京

かわさき みおり

講師: **川崎 美織** 爪切り屋メディカルフットケアJF協会会員・介護者の健康を考える会代表

会場: **西宮市市民会館会議室 301号**

対象: **介護・看護職員・一般(先着40名)**

参加費: (一般) **3000円** / (正会員・プリコ読者) **2500円**

※会場にて、田中国彦先生のDVD「転倒予防のための、お足玉体操」販売!

もちもの: **飲み物・浴用タオル1枚、動きやすい服装(5本指靴下着用か裸足になれるように)**

申し込み: **つどい場さくらちゃん** 電話/FAX **0798-35-0251**

<http://www.tsudoiba-sakurachan.com/>

E-mail: [sakurachanmaru@bca.bai.ne.jp](mailto:sakurachanmaru@bca.bai.ne.jp)

セミナー予約申し込み票

下記にご記入の上、そのままファックスをお送りください。

ふりがな 名前 ※必ず個人名をご記入ください。	ご一緒に参加される方の名前   合計人数   人
住所 〒	
電話番号	