

足の痛み（足の裏・足首・ひざ等）の原因は？



一人ひとりに適切なアドバイスをいたします

足の測定会

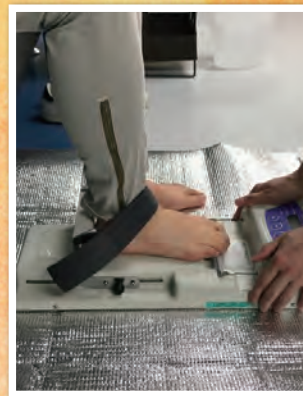
一生歩き続けよう！

こんな症状はありませんか？

- ☑ 近頃、歩くのが遅くなった
- ☑ 歩くのが辛いと思う
- ☑ 外反母趾やタコ、爪の変形がある
- ☑ 最近つまづきやすくなってきた
- ☑ 椅子から何もつかまらずに立ち上がりにくくなってきた



足の測定会とは？
(足部機能計測)



- 足の指の筋力
- 足裏の圧力
- 形 から歩き方の特徴やバランス能力を調べます。

この機会に専門医に相談してみませんか？



「足と歩行の診療所」 吉原医師

足病医として足の病気と歩行の障害を専門に治療をしています。子供の発育障害や、大人の巻き爪、外反母趾といった足のトラブル、高齢者の虚弱や関節障害による歩行障害など全年代の治療を行っています。

※2019年2月14日放送「主治医が見つかる診療所 大人気の専門外来スペシャル」に出演しました。

https://www.footwalk.clinic/

日時: **7月21日(日)**
10:00~16:00

参加
無料

事前
予約制



※65歳以上の方対象
(ご家族同伴OK)

場所: レッツ倶楽部 多摩川
主催: 日本足病予防協会

ご予約方法は裏面にて



一般社団法人
日本足病予防協会

足は全身を支える土台と言えます。足という土台がしっかりしていなければ、足の病だけでなく、腰痛や膝関節痛、股関節痛など体の色々な病の原因となります。また、足の形状やトラブルは人それぞれ千差万別で、専門的な知識が必要となります。欧米をはじめとした先進国では、「足病」専門のクリニックが多数存在します。しかしながら、日本ではまだまだ十分に普及しておりません。当協会では、足病予防の啓発、足病医・足装具士・足リハ指導士の育成活動を通じて足病の予防と治療を支援する事で、いつまでも歩き続ける未来作りに貢献します。

ご予約方法

レッツ倶楽部多摩川(担当:西村、関口) 平日10:00~16:00

 **03-5741-5014**

※ご予約時にチラシを見たとお伝えください。

ご予約の注意事項

- ① 65歳以上の方が対象となります。 ご家族同伴OK
- ② 会場に駐車スペースはございません。

測定会当日の流れ

所要時間:30分(目安)

完全予約制のため
事前のご予約をお願いします

1
受付



事前予約の上、レッツ倶楽部多摩川までお越しください。

3 専門家
との面談



- ・計測結果説明
- ・ご質問対応

4

アンケート
ご記入



2 各種計測



- ・足趾把持力
- ・股関節内外転筋力
- ・足裏圧力

5 地域医療機関
との連携

- ・足病プログラム内容
- ・事業所概要

レッツ倶楽部では、足病予防のプログラムを実施しています。



会場のご案内

レッツ倶楽部多摩川

 **03-5741-5014**

東京都大田区矢口1-29-13 ナンバビル



リハビリ+ステーション
Let's Enjoy Training School
LET'S倶楽部

レッツ倶楽部は、動きにくくなった「体」に働きかける半日型のリハビリサービスです。高齢者の元気を取り戻す運動プログラムを提供。地域福祉の拠点となるべく医療連携や地域活動に積極的に参加しています。

<https://www.lets-club.jp/shop/tamagawa/>

