



お知らせ

フットケア

～いつまでも自分の足であるこう～



足に関する基礎知識とセルフケア方法を学びますます元気にすごしましょう。



◆日時：令和7年9月8日（月）

14時00分～15時30分

◆会場：山元小学校コミュニティハウス

◆講師：袋 啓 先生（看護師・フットケア指導士）

◆対象者：65歳以上

◆募集人数：20名（申込必須）下記まで

◆持ち物：上履き、飲み物（水分補給用）

参加申込・お問い合わせ先
箕沢地域ケアプラザ 中島
☎663-6960

