

あしの日

足を知り、足を見てみよう！

開催
日時

令和
2年 2/16 (日)

START/ 9:00 CLOSE/ 14:00

入場料
無

どなたでも参加可能です

会場：豊橋ハートセンター 1F(外来・ハートホール) 2F(リハビリ室)

第1部 (9:00~12:00) 足のチェックとフットケア

- 1F 外来 ▶ ①足の悩み相談室②血糖測定 / 栄養指導
- 1F ハートホール ▶ ③フットケア④3D足測定⑤フットプリント⑥靴の販売
- 2F リハビリ室 ▶ ⑦SIXPAD 体験⑧体脂肪筋肉量測定 / ストレッチ

※詳細は裏面「あしの日MAP」を参照ください

第2部 (12:15~14:00) 足を知る講演会

1F ハートホール ▼

講演① ▶ 一般講演 (12:15~12:45) “ランチ食べながら聴講OK”

「いつまでも自分の足で歩くために ~ 血流プラスα ~」

社会医療法人栗山会 飯田病院 循環器内科 竹内和航 先生

講演② ▶ 特別講演 (13:00~14:00)

「自分の足で一生歩こう ~ あなたの足年齢は? ~」

埼玉県済生会 川口総合病院 皮膚科 高山かおる 先生

オーガニック
ランチ販売

11:00~12:30

1Fエレベーター前にて
数量限定

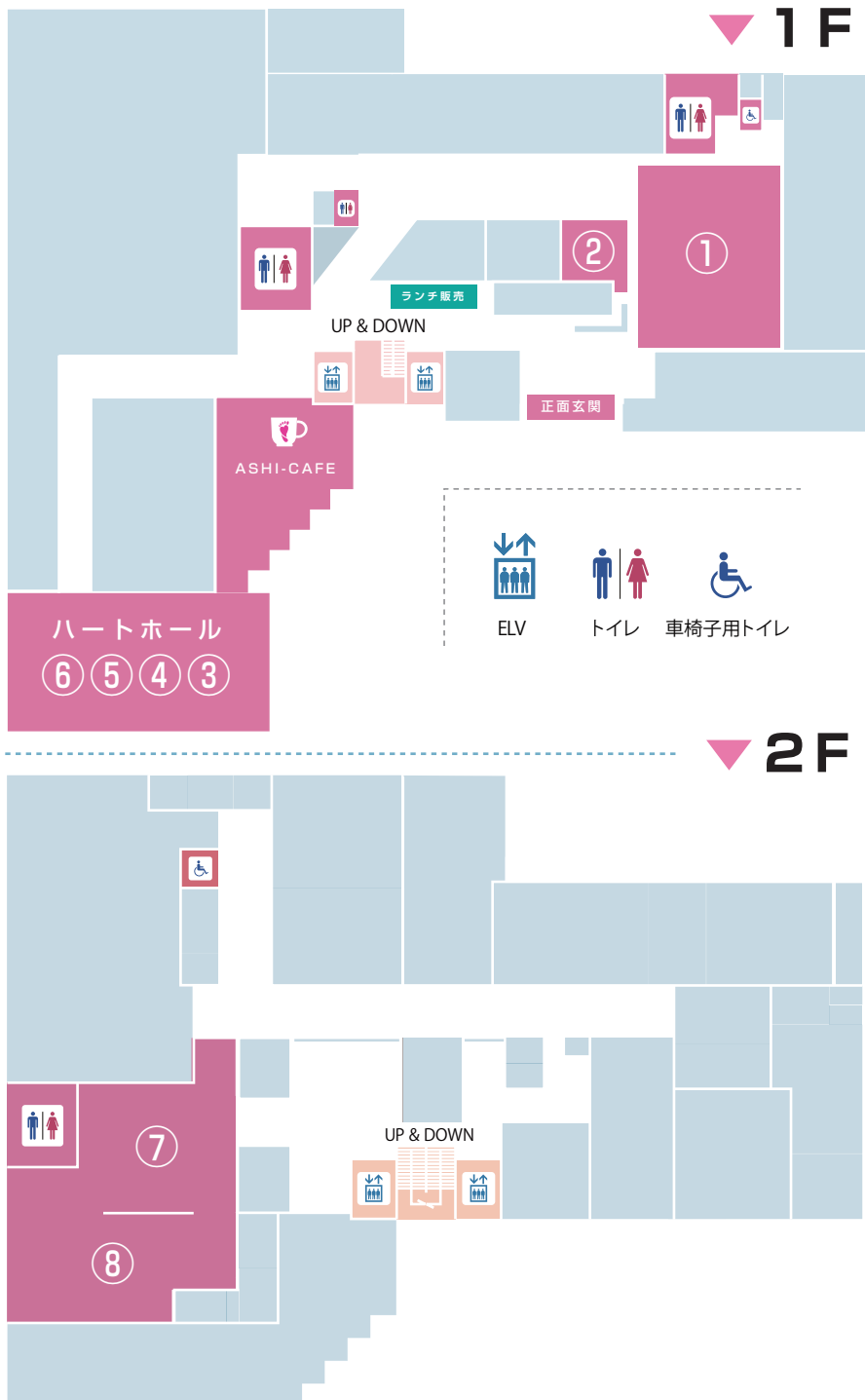
意外とこわい " 足の病気 "



糖尿病神経障害、感染症、動脈硬化などが原因で起こる足の病気は、足の潰瘍、壊死から重症化すると足の切断に至る危険性があります。日頃のケアや早期発見、治療が重要であり、自分で足の状態をチェックし、異変に気づき、専門医を受診することが大切です。

あまり知らなかった " 足の病気 " について専門スタッフから学びませんか？

あしの日 MAP



▼ 1F ————— ▼ 外 来

① 足の悩み相談室

足の専門医がご相談にお答えします。

② 血糖測定 / 栄養指導

血糖値を測って糖尿病を知ろう！
食生活の見直しをしよう！

▼ハートホール

③ フットケア

専門の看護師さんが、足のお手入れ致します。

④ 3D足測定

自分の足のカタチ知ってますか？
3D測定器で計測し、足のカタチを把握しよう！

⑤ フットプリント

あなたの足型、どれに近いかな？

⑥ 靴の販売

▼ 2F ————— ▼ リハビリ室

⑦ SIXPAD 体験

⑧ 体脂肪筋肉量測定

脱・肥満！体型チェックをしてみましょう！

ストレッチ

足のストレッチを体験できます。よく歩くために足首を柔らかくしましょう！

第2部の足を知る講演会は
ハートホールにて行います

カラダに美味しい！
オーガニックランチ販売

販売時間 / 11:00 ~ 12:30

1Fエレベーター前にて販売致します

おね
がい

催しの内容によって素足になって頂くことがあります。
素足になりやすい服装でお越し下さい。

あしの日に関するお問合せ

豊橋ハートセンター あしの外來担当看護師：早川
TEL：0532-37-3377 (平日:14時~16時 ※土日祝日は除く)