



足の病気と

自分でできるフットケア

～健やかな足で でかけよう～

巻き爪や魚の目、外反母趾など 足のトラブルはありませんか？

爪の切り方や洗剤の選び方などを学びちょっとした普段のお手入れをすることで足がげんきになります。

春に向けて健やかな足を目指しましょう。



3月10日（火）

14時～15時

トータルライフケア新中野

看護師 渡邊麻里子 氏

申込先着 15名

都営シルバーピア和田 団らん室

(杉並区和田1-48-10)



申込み・問合せは ケア24和田 まで

03-5305-6024