

# 基礎から学べるフットケア（講義と実習）

## ～足のトラブル完全マスター法!!～

巻足部に生じる多くの問題に対し介護知識・技術に困っている現場の方に朗報です。  
皮膚や爪のトラブル、関節障害や転倒に正しく対処する基本を一緒に学びましょう。  
介護技術のスペシャルサポート（当セミナー参加者の声を参考に企画しました!!）

**横浜  
会場**

**静岡  
会場**

2020年 10:30  
日時: 2月10日(月) ▶▶16:00

2020年 10:30  
日時: 2月17日(月) ▶▶16:00

会場: 神奈川県労働文化センター  
(第4会議室)

会場: ふしみや (803号室)

(神奈川県横浜市磯子区中原1-1-17)  
☆JR京浜東北線「新杉田」駅より徒歩6分、  
京浜急行「杉田」駅より徒歩12分

(静岡県静岡市葵区呉服町2-3-1)  
☆JR「静岡」駅より徒歩10分

### 【講師】

(たなべ こうじ)

**田邊 康二**



理学療法士（保健学修士課程修了）／東京リハビリテーション専門学校専任教員  
臨床経験26年（教育暦12年）、3学会合同呼吸療法認定士、心臓リハビリテーション  
指導士。学生教育の傍ら地域のプロボノ活動やアゼリーグループ内出向で介護予防やリ  
ハビリを実践し好評を得ている。著書に『介護のための運動機能』（荘道社）、共著に  
『終末期介護への提言』（中央法規出版）、図版作成に『NHK すこやか長寿 介護予防の  
いっばつ体操』（NHK出版）など。

へ  
プ  
ロ  
グ  
ラ  
ム  
▽

### 講義1：足元からの身体機能チェック

- ①足部の特徴－クッション機能、踏み返し機能、動作時の役割
- ②足部の構造と異常－爪・皮膚・関節の解剖、外反母趾、浮き趾、むくみ、爪の変形、タコ
- ③足部の関節機能と姿勢・動作－足関節の動きの特徴、足関節と姿勢制御、歩行時の関節運動

### 講義2：シューズ選択の落とし穴

(昼食)

- ①シューズの基本構造－各部名称と役割
- ②シューズの正しい選択－サイズと選び方、種類別機能
- ③シューズのフィッティング調整－正しい履き方、普段の扱い方

### 実習1：足部のトラブルと対処法

- ①爪の問題と対策－爪の変形を見抜く、爪ケアのコツ
- ②足部の異常と介護－角質の肥厚、血行・自律神経障害、清潔、スキンケア
- ③簡単な実践リハビリアプローチ－感覚の検査、血流検査、靴内の補正、運動機能検査、  
シュー・フィッティングのチェック

### 実習2：みんなが喜ぶ足元強化の健康体操

- ①足部強化の体操－筋力、バランス、柔軟性、スピードコントロール改善
- ②姿勢改善の体操－脊柱変形、ガニ股、膝〇脚の予防

**主  
催**

**なるほどケア塾**

〒189-0011

東京都東村山市恩多町3-39-13-101 ㈱円窓社内

お問い合わせ

☎042-306-3771

\*受講票はお送りしません。  
満員でお断りする場合のみご連絡申し上げます。

**【受講料：7,000円】** \*当日会場  
承ります

**Fax：042-306-3772**

**←お申し込みはこちらへ Fax**

<参加者名>

\*施設の場合は施設名もご記入ください。

2/10(月) 横浜

( )名

2/17(月) 静岡

( )名

<住所>〒

(自宅・職場)

<TEL>

<FAX>