



健康寿命延伸のすすめ



四條畷市健康プログラム事業「なわぼ」活用応援セミナー

講座に参加して、「なわぼ」100ポイントを手に入れよう！ 転倒予防は足のケアから!!



「フットケアで足と足爪の健康を守ろう」講座

2026年

3月7日(土)

〔開場〕13:00

〔開演〕13:30～15:30

〔ところ〕 四條畷市市民総合センター
/市立公民館 1階 展示ホール

〔定員〕 40人 (参加費無料)

〔対象〕 18歳以上の市民

〔申込方法〕

右記の二次元コードもしくは、
電話申込み(高齢福祉課)

申込フォーム



講師 山下 和彦 先生

プロフィール

東都大学 幕張ヒューマンケア学部 臨床工学科 教授
博士(工学)

東京大学 先端科学技術研究センター, 東京医療保健大学
医療保健学部教授,

大阪大学大学院 医学系研究科 特任教授を経て現職。

専門分野は医用生体工学, 高齢者福祉工学, 発達工学, 医療情報学。特に身体機能計測を用いた高齢者の転倒予防やフットケアおよび子どもの身体発達支援, リハビリテーション技術の開発, RFID技術を用いた患者安全の技術開発など。

2016年～ 厚生労働省特定保健指導の効果的な実施方法の検証のためのWG 委員

2013年～ 埼玉県志木市健康づくり市民推進協議会 会長
厚生労働省 介護予防市町村モデル事業(フットケア) 委員 等を歴任

ライフサポート学会 理事

日本早期認知症学会 理事



足爪の切り方や靴の選び方など、足の健康に注目した講座です。



足の指の力を測ってみませんか?
特別に足指力を測る機械を用意しました。



まきづめ等にならないように



フットケアで



足も健康になろう!



(問い合わせ先) 四條畷市役所 高齢福祉課

TEL072-877-2121/0743-71-0330 FAX072-863-6601