

# ママとお子さんのための足育講座

## ～産まれてすぐに健やかな足育ては始まっています～



赤ちゃんの足の骨は軟骨です。未完成の足は痛みを訴えません。ママが知らない間に、子どもの足は変形してしまいます。ママの知識が子ども達の身体を守ります。足裏の刺激や、ファーストシューズの選び方や履かせ方を知ること、乳幼児期の足のトラブルを防げます

### 足育とは…？

足について、正しい知識を得て、正しい靴の選び方、正しい靴の履かせ方などを知ること、いつまでもトラブルのない足を育てるということです。

今、多くの子供たちの足に異常が起きていることをご存じですか？

ママの足の悩みも、実は産後に急激に増えるのです。

誰にも見せない足だけに、実は悩んでいるママ達も多いのです。

早めのケアが肝心です♪

お家でできる簡単セルフケアもレッスンしましょう♪

ママも子どもも足元から元気に育ちます♪

日 時： 平成 29 年 12 月 1 日(金) 10時～

参加費： 1,500 円 (足育講座、ママのフットプリント、足長、足囲計測・お子さんの足計測)  
足が出せるようにパンストなどは避けてお越し下さい。

場 所： 石井助産院

お申し込み： 石井助産院 0742-26-3581

#### フット&シューズセラピスト・足育アドバイザー 玉島麻理

我が子の足の変形を知ったことがきっかけで、現在の子ども達の足のトラブルを学び、このままでは子ども達の身体が危ない！と啓蒙活動を開始。同時にフットケアの資格を取得し、トラブルのあるママ達の施術も行うために「足の相談室 フットケアTa・Ta・Ta」を2011年大和郡山市にオープン♪幼稚園児から80代までのお客様に喜ばれている。2013年2月NPO法人日本足育プロジェクト協会を設立。子ども～大人までいつまでも自分の足で元気に歩けるように足育サポーター、アドバイザーの養成講座を開講し、足育の輪を広げている。

#### 特定非営利活動法人 日本足育プロジェクト協会

〒639-1044 大和郡山市小泉町東 2-2-3-206

Tel 080-3695-2031 E-Mail [ashiiku.pj@gmail.com](mailto:ashiiku.pj@gmail.com)

代表 玉島 麻理

