



イラスト

# 外反母趾と靴

今回のテーマは「外反母趾」  
治療や予防に関する情報を医療機関  
らしく科学的なデータを用いて皆様に  
わかりやすくお伝えします！

外反母趾があり、痛みや思うよう  
に歩けない、今は大丈夫でも将  
来が不安...などお悩みの方は  
ぜひご参加ください！

2024年10月26日(土)

13:30~14:30

定員：24名

場所：2階リハビリ室

予約制：HPまたはスタッフへ

服装：自由です

## 当日の内容

- ・外反母趾のあれこれ  
—科学的なデータから
- ・足に良い靴  
—靴選びのポイント
- ・運動で予防しよう！  
—足指の筋トレ

# 靴

