

中野区共催 健康イベント

入場無料

生まれてから生涯健康を支える 元気な足のつくり方

お子様の
足や爪のケア
でお困りの方

巻き爪
タコ・ウオノメ
足のトラブルで
お悩みの方

足の健康知識
について
知りたい方



お子様からご高齢の方までどなたでもご参加いただけます

必ず受付を済ませてご入場ください 入場無料ですが、当日入場規制がかかる可能性がございます
フットケア体験（有料）運動指導（無料）はお一人様（ひと家族）いずれか一つのみとなります 当日先着順で整理券を配布いたしますので、お時間になりましたらブースにお越しください

当日の混雑具合によりご希望のサービスがお受けになれない場合がございます あらかじめご了承ください

内容充実の特別講演

10:30-10:50 第1部 (株) Plugnauts 代表取締役 白倉重樹

『あなたの足で中野の未来が変わる？』～足裏データから始まる「一生歩ける」まちづくり～

12:10-12:30 第2部 医師 菊池守

『足に迫る7つの老化と足を守る番人マップ』

12:30-12:50 第3部 医師 高山かおる

『100歳まで歩ける足は、子供時代につくられる』

様々な体験会

- 医師講演
- 足の相談会
- 歩行教室・足の運動指導
- フットケア体験
- 足の各種計測
- 足関連グッズ販売など

日時

2026年 4月 26日 (日)

時間

10:00～15:00

場所

中野区役所 1F
ナカノバおよびシェアノマ

住所：東京都中野区中野4丁目11番19号

・ベビーカーでお越しの方は、ミーティングルームAにお停めください。また盗難につきましては責任を負いかねますので、各自施錠等をした上で貴重品はお手元にお持ち下さい。

・オムツ交換はトイレにて行い、使用済オムツは各自でお持ち帰りをお願いいたします。

お問合せ

【共催】
中野区・一般社団法人 足育研究会
【協力】
一般社団法人 足の番人

 <https://www.sokuiku.jp>
 03-6786-7524
 info@sokuiku.jp