

# あなたの知らない 足の世界 Part 2

- ◇ 知っておきたい！爪と足と身体の関係
- ◇ トラブル予備軍かも！？気になる爪や足のサイン
- ◇ 自分らしく過ごす靴の選びかた
- ◇ 明日に疲れを残さない！効果的な足のほぐしかた

2022年  
日時 **9月9日(金)**  
18:30~20:00 (受付18:15~)



講師 秋田旭南巻き爪矯正、フットケアセンター  
秋田旭南トータルケアセンター  
足育アドバイザー®

**坂井 梨絵 氏**

## 内容詳細

『足』は日々、身体が一番下で私たちを支えてくれている大事な土台の部分です。いつまでも生き生きとした足で過ごせるように足と爪のケア方法を学びましょう。あなたの知らない足の世界へお連れします。

【会場】 中央市民サービスセンター洋室4  
(秋田市役所3階)

【定員】 20名(先着順)

【対象者】 働いている女性  
(秋田市に在住、在勤のかた)

【参加料】 500円(ネイルオイル付)  
※当日お釣りのないよう  
お願いします。

【持ち物】 筆記用具、マスク

**申込み** 新型コロナウイルスの影響により中止または変更になる場合があります。マスク着用など感染予防対策にご協力をお願いします。

8月22日(月)から受付。①氏名②電話番号を下記までお知らせください。  
定員になり次第終了。

秋田市生活総務課女性活躍推進担当

電話 018-888-5650 Eメール danjyo@city.akita.lg.jp



申込Eメール  
はこちら



SHYOKATU-HIZUNA-DIVERSITY