

# あやべボラセン ボランティアのわ

No.139

おいかせ



Totalフットケアサロン綾ボランティアグループ

木下 淳さん(43)

活動の内容は、無料足の健康チェック、お悩み相談、ホームケアのアドバイスです。巻き爪などの爪のトラブル、外反母趾などの変形、タコや魚の目の痛み、むくみに対してその方に合ったアドバイスを行います。例えば、巻き爪予防には、適切な爪の切り方、足指の体操や歩き方、テーピングの方法や、靴の選び方などがあります。

足のトラブルは、どこに相談していいか分からない事

が多いですし、相談できるチャンスも多くありません。悩みを抱えてどうにもならないと諦められている事もあり、今後どうなるのかと不安に思っておられる方が多いです。活動をして良かった事は、相談に来られた方々が安心され喜ばれた事です。今後の展望は、足のことを気軽に相談できる環境を作る事です。皆さんの足の健康づくりに寄与し、足を大切にする文化を作っていきたいです。

情報板

あなたの足の健康相談、ホームケアのアドバイスを行います。出張もいたします。お電話ください。

◆Totalフットケアサロン綾ボランティアグループ

綾部市西町1丁目48-1カサセントロ1階

☎FAX 0773-43-0313 (木下)

あやべボランティア総合センター TEL:40-1388 FAX:40-1389