

足は第二の心臓

足は心臓から最も遠いところにあるため心臓のはたらきだけでは血液が十分に届きません。歩行がそれを助けるポンプの役割をしていることから「足は第二の心臓」とわれています。

足のトラブル

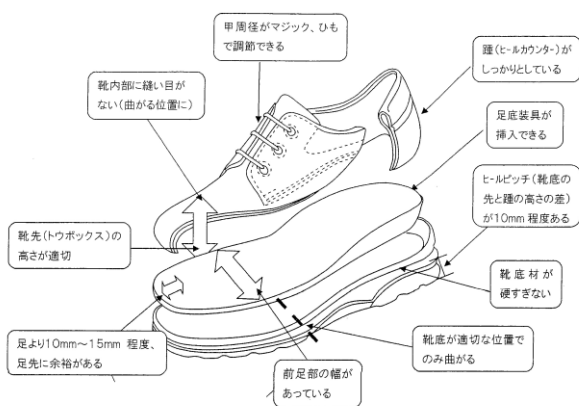
～タコ(胼胝)について～

一定の部分に圧力がかかって角質層が分厚くなり黄色みを帯びて硬く盛り上がった状態です。痛みは少ないのが一般的です



再発予防は、なぜその場所にできたのかを考えましょう。合わない靴を履いていませんか？大きくても小さくてもタコはできます。足や指の変形はありませんか？原因を取り除くことが大切です。無理に削ると細かい傷ができたり細菌感染したり、さらに厚い角質ができるなど悪化させてしまうことがあります。清潔にして保湿することをおすすめします。

靴えらびのポイント



日本フットケアサービス(株)

フットケア基礎講座開講お知らせ

医療・介護の現場で注目されています

日時: 10月23日(土)・30日(土) 13:00~17:00

場所: ホームケア荘内鶴岡店 2F会議室

講義: フットケア総論・足、爪の基礎知識、足と爪のトラブル

実技: アセスメント・足浴・爪切り・トリートメントマッサージ

わかりやすく、即実践できる内容と評判です

詳しくはホームページをご覧ください

爪の雑学あれこれ

言い伝えに、「夜、爪を切ると親の死に目に会えない」他にも「ケガをする、早死にする、願いがかなわない」など夜爪を切ってはいけないのなら朝はどうかという「朝、爪を切れば、その日恥をかく」という俗説があります。さらに、爪を切ってはいけない日であるのです。「卯、亥、巳、未の日に爪を切るな」「卯、亥、巳、寅の日に爪を切ると無実の罪を受ける」「丑の日に爪を切ると爪が割れる」などたくさんあります。昔はうす暗い灯の元で爪を切るのは危険だったからではないかと考えられています。では、いつ爪を切ったらよいか悩んでしまいます。

訪問フットケアのご案内

ご自宅、介護施設などにセラピストが訪問いたします。



爪のケア、タコ・ウオノメのケア、フットマッサージを行います。
(全てのコースに足浴が付きます) 30分 2,500円
鶴岡市以外の方は交通費がかかります。

●お客様の声●

80代男性。腰を痛めてから、歩くことが大変になり車椅子を使用していたら足がパンパンと腫れてきた。医者に聞いたら、マッサージがいいということで、ケアマネージャーを通じて依頼。足浴とマッサージでみるみるむくみがとれていくのが目でみてわかるほどでした。足が軽くなったのでリハビリをして、また歩けるようになるのが楽しみです。

ウエルネスケア 鈴木 由利
〒999-7652 山形県鶴岡市添川字楯ノ沢 61
TEL: 090-7561-1040 FAX: 0235-64-3252
メール アドレス hariti369@r7.dion.ne.jp



フットケアに関わる講演・教育研修事業
糖尿病外来フットケア事業
JHCA 認定セラピスト養成事業
セラピスト訪問サービス事業
フットケア・美容・健康に関する商品販売