

# フットケアの日 市民啓発イベント

足を見ようよ！ 人生100年 歩こうよ！

ぐんま足人の会



## ASHISM 2025 アシーイズム

参加  
無料

事前申込  
不要

日時 2025年  
**2月24日** (月) 振替休日  
14:00 ▶ 16:00  
13:30 受付開始：31階 GINGHAM

会場

群馬県庁

NETSUGEN 32階 講演  
GINGHAM 31階 イベント  
ギンガム

※県民駐車場  
2時間無料

クイズ形式★  
スタンプラリー  
賞品あり🎁

### 聴いて学ぶ NETSUGEN

- 足のカルタのお話です 岡田 克之  
14:00 ぐんま足人の会代表  
桐生厚生総合病院副院長
- 糖尿病と足のコト 山田 英二郎  
14:15 群馬大学医学部内分泌糖尿病内科教授
- 正しく足を動かして転倒を防ごう！  
14:30 富岡 大地  
FLASH JAPAN FITNESS チーフ
- 循環器と足のコト 石井 秀樹  
14:45 群馬大学医学部循環器内科教授  
脳卒中・心臓病等総合支援センター長
- 足に関するなんでも相談会  
15:00

※時刻は目安です

### 体験して学ぶ GINGHAM

- 足のお手入れ&レッスン —— 先着20名様  
極上フットケア体験 爪やすり  
プレゼント！
- タオルギャザーをやってみよう  
健康な歩行は足指トレーニングから！
- 足指筋力測定 チェッカーくん  
あなたの足指は何歳かな？
- 足人かるた大会  
遊びながら足を学べるすぐれもの
- ポールウォーキング体験
- 靴選びのコツ
- 足の保湿クリームづくり🍷  
あなただけのオリジナル！（実費200円）
- いろいろ測定 あなたの体を測りましょう！



主催：ぐんま足人の会 共催：群馬がんアカデミー 群馬大学医学部脳卒中・心臓病等総合支援センター ぐんま子どもの足育実行委員会 協賛：群馬県健康づくり財団 後援：群馬県 群馬県医師会 群馬県看護協会 群馬県糖尿病協会 前橋市 前橋市社会福祉協議会 前橋市教育委員会 前橋観光コンベンション協会 上毛新聞社 群馬テレビ エフエム群馬 まえばしCITYエフエム 群馬よみうり 高崎前橋経済新聞 桐生タイムス 日本フットケア・足病医学学会 日本皮膚科学会群馬地方会 日本褥瘡学会関東甲信越地方会群馬支部 群馬実地皮膚科医会 桐生厚生総合病院 協力：シューマート 群馬ヤクルト販売 ボーラ 群馬県観光物産国際協会 前橋新聞me-bu-ku 前橋フリモ 前橋中央通り商店街振興組合 和歌山フットケア研究会（敬称略・順不同）



※ぐんま足人の会は、赤い羽根共同募金のご支援をいただいています