

公立大学法人 山梨県立大学

ひらめき☆ときめきサイエンス～ようこそ大学の研究室へ～KAKENHI～

足先から介護予防

—やってみよう・感じてみようフットケアの効果検証—

くるぶしから下に位置する足部は、靴下に覆われて靴の中にあることが多い部位です。

本プログラムでは、足部の仕組みや動き、歩行をささえる靴に関する講義を受講し、基本的知識を理解した上で、自分の足をモデルにして、フットケア体験・計測・分析を行います。

足部を大切にすることが、介護予防への一助となることを検証してみましょう。

素足でフットケア体験、計測を行います。動きやすい服装で参加してください。

開催日時：令和 6 年 9 月 29 日（日）

9：00 集合 9：30～16：30

募集人数：中・高校生 20 名

実施場所：山梨県立大学飯田キャンパス A 館

持ち物：筆記用具、足を拭くタオル

靴ひもタイプのスニーカーや運動靴で参加して下さい

実施代表者；山梨県立大学人間福祉学部

福祉コミュニティ学科 前川有希子

問い合わせ先：山梨県立大学経営企画課 飯塚

E-mail: kaken-iida@yamanashi-ken.ac.jp

電話：055-224-5310

申し込みはこちらから、先着順です。

申し込みにあたり、保護者の同意を得てください。

提供された個人情報は、プログラムの連絡・開催案内・保険加入等に使用します。また、個人情報の漏洩には十分注意し、プログラムの終了後には適切に消去します。



靴のサイズは大丈夫？



フットトリートメントを
体験してみましょう





プログラム内容

- 9:00 受付
9:30 開講式 (挨拶・オリエンテーション・科研費研究の説明等)

- 9:50 講義「身体の仕組みと靴」
歩く時の足部の動き方と適切な靴の着用について
あなたの歩く姿勢と靴を見てみましょう

参加費無料
昼食付

- 10:40 事前説明と測定① 足部チェック
皮膚表面温度、足裏加圧 (フットプリント)、足趾把持力等の計測等



足部チェック
これは巻き爪です



足趾把持力の計測
足指の挟む力を測ります

- 12:00 昼食・リラックスタイム、キャンパス見学
昼休みに、大学生がキャンパスを案内します。
- 13:00 フットケア体験、フットケア施術者による角質除去とアロマトリートメント
アロマオイルで好みのトリートメントオイルを作ります。
フットケア体験
- 14:00 測定② 測定①と同様の内容
- 15:00 測定②の検証とディスカッション・クッキータイム
お茶をいただきながら、足について話しましょう。
- 16:00 修了式 (アンケート記入、記念撮影等)
16:30 解散



当日は、記録・広報のために、プログラムの内容、実施の様子を撮影することがあります。お名前を伏せたうえで、撮影した写真等を広報媒体で使用させていただく場合があります。予め、ご了承のうえお申込みください。

本プログラムは、JSPS 科研費 JP24HT0101 の助成を受けたものです



JSPS

JAPAN SOCIETY FOR THE PROMOTION OF SCIENCE
日本学術振興会

科研費
KAKENHI

