

6/8(日)10~12時

0~3歳の間に  
知っておきたい  
足育講座



足の計測と普段履いている靴の  
チェック&アド  
バイス付き

スワッシュホール  
3階多目的4

普段は、家事や育児、仕事が忙しくて、子どもとのコミュニケーションが十分に取れていないなあ・・・と感じている保護者の皆さん、月1回日曜日の午前、子どもと触れ合い、楽しい親子の時間を過ごしながら、参加者同士で仕事と家庭の両立や子育てについて情報交換しませんか？

今月の内容は「その靴選び大丈夫？0~3歳の間に知っておきたい足育講座(足の計測と普段履いている靴のチェック&アドバイス付き)」です。

「靴を履いて外に出ると、何でもないところでよく転んだり、抱っこをせがむことが多い」といったお子さんは少なくないのではないのでしょうか。子どもたちの未熟な足を丈夫な足に育てるためには、0歳からの足育習慣がとても大切です。子どもの足の成長と靴選び、幼児期に身につけたい足と靴の習慣を学びます。

※普段履いている靴のチェックは、靴のすり減り具合や歩き癖などを見るため、新品ではなく履き慣れている靴でお越しください。

費用：1家庭600円 持ち物：普段履き慣れている靴、いつものお出かけセット

定員：子(0歳から概ね3歳まで)とその保護者10組(ママとパパ、ママのみ、  
パパのみでも可、祖父母も可) ※応募多数の場合は抽選

申し込み：5月2日(金)午前10時~5月31日(土)までホームページより受付します



## 講師

黒田 久美子(くろだ くみこ)さん

FHA 幼児子ども専門シューフィッター。

足育アドバイザー®。

豊中市にある「フットケアサロン Baum」主宰。

ドイツ式フットケアの資格を取得後、

整骨院、靴の販売、皮膚科でのフットケアなど、

足靴に関わる仕事に従事。

さまざまな経験を通して、健康の鍵を握る「足の大切さ」を伝えている、2人の女の子を育てるママ。



### ●ご来館に際してのお願い

・咳、発熱など体調不良の症状がある方は、ご来館をご遠慮いただきますようお願いいたします。

・講座開始1時間前に伊丹市に各種気象警報が発令されている場合は、中止となります。

公民館ホームページの最新情報、お電話等でご確認ください。

☆講座の参加について介助等の配慮が必要な方はお気軽にご相談ください。

### ●スワンホール(中央公民館)へのアクセス

<交通機関>市バス JR・阪急両伊丹駅前4番のりばから17系統

「西野武庫川センター前」行きで「スワンホール前」下車。

<お車の場合>国道171号線市役所前交差点を北へ約300m。

<駐車場について>60分は無料。60分を超えたときは、30分につき150円。



Instagram  
フォローしてね!



公式 LINE  
お友だち募集中!  
@333ejxwf で検索してね!

【主催・申込み・会場・問い合わせ】

## 伊丹市立中央公民館

(第1・3月曜日休館/月曜日が祝日の場合は翌日休館)

〒664-0015 伊丹市昆陽池 2-1 スワンホール 1階

(TEL ☎)072-784-8000(FAX ☎)072-784-8001

(HP 🌐) <https://www.city.itami.lg.jp/SOSIKI/EDSHOGAI/KOMINKAN/index.html>

