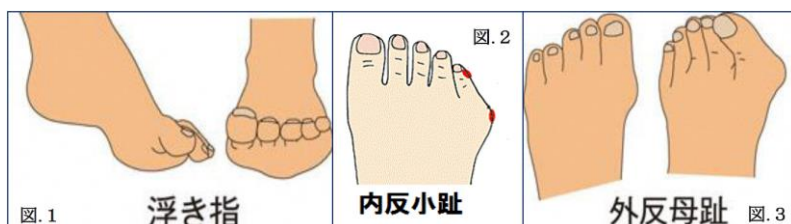


## 《第4弾》パパもママも学びたい！楽しみたい！

### 靴の履き方 & 選び方

皆さん、ご存知ですか！？

**未就学児の47%が「浮き指」、70%が「内反小趾」、4%が「外反母趾」と言う事実！！**



足の変形は、ハイヒールだけが、原因ではないのです！

靴は足だけではなく、膝や腰の痛み、肩こりにも影響します！  
これらの対策を分かりやすく、学びましょう！



**見守り保育付**

今回は、新型コロナ感染防止のため、軽食の提供はございません。



【日時】 令和2年11月20日（金曜日）

午後7時～8時30分

【対象】 小中学生の子どもを持つ保護者

【会場】 西砂児童館 2階遊戯室

【講師】 染谷 晴久 さん

【費用】 無料

【持ち物】 筆記用具、マスク

【定員】 15名（申込順）

【保育】 あり

【申込】 西砂学習館（☎042-531-0431）

11月2日（月曜日）午前8時30分より受付

**会場は西砂児童館  
申込は西砂学習館**

イベント内容はウェブサイト「みんなの西砂川」でもご覧になれます！

【講師】

そめや はるひさ

# 染谷 晴久 先生

柔道整復師

FA メディカルライセンス  
スポーツシューフィッター  
フットケアトレーナー 他



【講師プロフィール】

多摩都市モノレール万願寺駅前整骨院 院長  
骨折・捻挫・腰痛・肩こり等の施術の傍ら、  
足の相談やインソールの作成等の足や靴周りの  
の悩みにもお応えされています。

数年前より、立川市や日野市を中心に「子供の靴の選び方&履き方講座」を児童館や保育園で、小さいお子さんをお持ちのパパやママ向けに行われています。



**会場は  
西砂児童館です！**

**※児童館への自動車での来館はご遠慮ください。**

**申込み・問合せは西砂学習館まで  
☎042-531-0431**