

「靴の選び方」

QOLに貢献できる

2024年
5/24(金) 10:00
▼
5/30(木) 17:00

場所 人間総合科学大学より
映像配信 (YouTube)

講師 吉田 渡
人間総合科学大学
保健医療学部
リハビリテーション学科 義肢装具学専攻
教授

料金 無料



令和4年度版の厚生労働白書で、わが国の平均寿命と健康寿命の推移が公表され2019年での平均寿命は、男性が81.41歳、女性が87.45歳と公表されています。一方、健康寿命（日常生活に制限のない期間の平均）は、男性で72.68歳、女性で75.38歳となっています。平均寿命と健康寿命には、10年程度の開きが存在します。

健康な生活を支えるためには、足の健康が欠かせません。体重77kgの人が1日8,000歩歩く生活をしているとすると、約1,000トンの負荷が足に加わるとされています。現代はアスファルトの上を歩く機会も多く、足に加わるストレスは増えていると言えます。そのような状況で足を守るためには、適切な靴を履くことが必要になります。歩くことで加わる負担以外にも、外反母趾、扁平足、糖尿病足など、足と靴についての悩みは多岐にわたります。ご自身の足に合った靴選びのためのポイントを知り、安心して歩ける生活の一助になればと考えています。

申込方法

本学ホームページ応募フォームまたはメールにてお申込みください。

申込期限：2024年5月22日(水)

応募フォーム <https://form.human.ac.jp/forms/index.php?id=641>

右のQRコードからも簡単にアクセスできます。

メールアドレス records@human.ac.jp



■主催：人間総合科学大学 ■協賛：日本心身健康科学会 ■後援：蓮田市・さいたま市教育委員会・さいたま商工会議所・蓮田市商工会・大学コンソーシアムさいたま



学校法人 早稻田医療学園

人間総合科学大学

お問い合わせ

048-749-6111

〒339-8539 埼玉県さいたま市岩槻区馬込 1288 <https://www.human.ac.jp/> records@human.ac.jp

■人間科学部 ヘルスフードサイエンス学科 健康栄養学科 心身健康科学科（通信制） ■保健医療学部 看護学科 リハビリテーション学科（理学療法学専攻・義肢装具学専攻）