

## 足先の健康への3つの取り組み!!

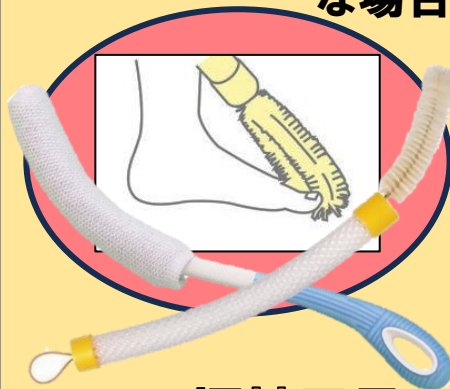
### 足の健康チェック



看護師が3か月に一度  
白癬と爪の状態の  
確認します

### 清潔が不十分

な場合



入浴時の福祉用具の  
選定と使い方の練習を  
お手伝いします

### 洗体できない場合

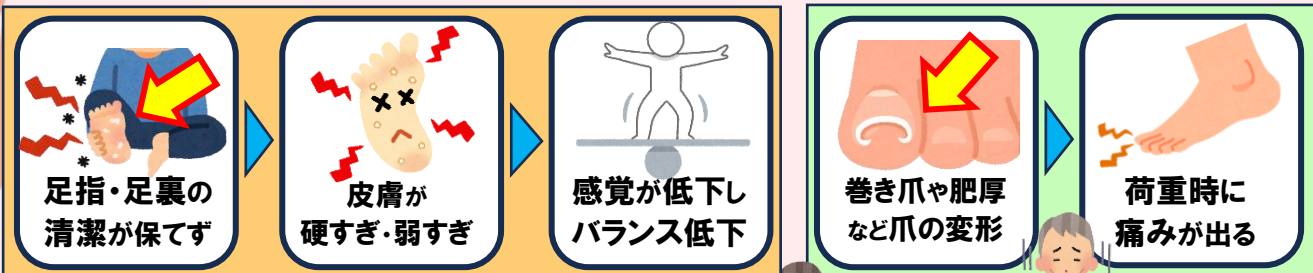


足浴で清潔確保と動  
作のリハビリをご指  
導します

歩く際に足首を支える筋力に加えて大切なのが、

## 足裏の感覚 と 爪の状態 です。

ポイント



不安定  
痛み  
不

億劫  
歩くことが

活動量が  
減る

筋力  
体力の低下

全身の  
機能低下

健康不良

フレイル