

足からわかる!

身体のバランス



理学療法とバレエ、それぞれの専門家から学ぶ
測って、動いて、自分の身体を知る体験イベント

01 測って知る

足裏・重心バランス測定

機械に乗るだけで、重心バランス身体の傾きの癖がその場でわかります。



辻 博明 先生
岡山医療専門職大学
理学療法学科 教授

02 体験して知る

身体の使い方を体験

足首専用のストレッチ器具「HEALMO アンクルトレーナー」を使用した、足首を乗せて動かすだけの簡単な体験です。足の硬さや足裏アーチの状態をその場で確認できます。



野瀬 裕子 先生
プティバレエスタジオ講師

2026 年 10 月 5 日【月】 11:00~14:00

会場:岡山旭東病院 1階 健康の駅 事前申込みをお願いします。

無料

申込み要

電話: 086-276-3231

担当:企画広報室

参加申込書

必要事項をご記入のうえ、
インフォメーションにお渡しください

10/5健康の駅

氏名	代表者	連絡先(代表者)	申込み人数
		() -	名

◆上にご記入いただいた個人情報は、本イベントの参加人数把握、および延期や中止の際のご連絡を目的として頂戴しております。