

先着
30名
無料

眼 足 こころ を守るセルフケア体験

～靴とアロマ、眼のセルフケアから始める全身合併症予防～



糖尿病の三大合併症である「網膜症（眼）」や「神経障害（足）」。これらを予防するには、日々の適切なセルフケアと早期発見がとても重要です。本イベントでは、専門医による確かな知識の講義から、正しい靴選びの実践、そして継続のモチベーションを高めるリラックスアロマケアまでを体験しながら楽しく学べます。

■ プログラム内容（10時～12時15分 5分休憩）

- ① 【眼】 眼の健康講演（45分）
- ② 【足】 講義「足を守るフットケア」靴のフィッティング体験
- ③ 【癒】 アロマセルフケア体験（30分）（45分）



① 講師：院長 杉田 真一 先生 （杉田眼科クリニック）

糖尿病と眼の関係（糖尿病網膜症とは）、自覚症状が出にくい理由と進行のしくみ、定期受診のポイントをわかりやすく解説します。

② 講師：西山 育美 先生 （社会医療法人 愛仁会 井上病院）

糖尿病と足トラブルの関係性や合わない靴のリスクを学び、正しい靴選びのポイントや靴チェックを体験します。



③ 講師：岡田 信子 先生 （Bluebell Aromatherapy）

フットケアの基本とアロマの効果に関するミニ講義のほか、セルフハンドマッサージ（アロマオイルの活用）を体験します。

QRコードよりお申し込みください（詳細は裏面へ）

日時 2026年12月13日（日） 受付時間：9:45～ 開始：10:00～12:15

会場 大阪市北区梅田2丁目2番22号オフィスタワー9階
ハービスENT 9階 第1会議室

対象 糖尿病患者さんとそのご家族

お土産 アロマディフューザー（折花）ご本人のみ

お知らせ 普段お使いの靴（できれば運動靴・マジック式のもの）でお越しください



■ お申し込み・お問い合わせ

- ・ 本イベントは事前申込制（*定員になり次第締め切ります）
- ・ 定員30名（先着順）ご家族の参加人数は定員に含みません。
- ・ ご家族で参加される場合は、申込時に参加人数をご入力ください。
- ・ ご質問は問い合わせ専用QRコードからお願いいたします。
- ・ 内容を確認後、2～3日以内にご返信いたします。



（申し込み）



（問い合わせ）

■ アクセスMAP(最寄り駅)

- ・ Osaka Metro四つ橋線「西梅田駅」（北改札口）：徒歩すぐ
- ・ 阪神「大阪梅田駅」（西口）：徒歩すぐ
- ・ JR「大阪駅」（西口）または「桜橋口」：徒歩約2～5分
- ・ JR東西線「北新地駅」（西改札口）：徒歩約4分
- ・ Osaka Metro御堂筋線「梅田駅」（南改札口）：徒歩約5分
- ・ 阪急「大阪梅田駅」：徒歩約12分

地下通路からのアクセス

AREA MAP | 周辺エリアマップ



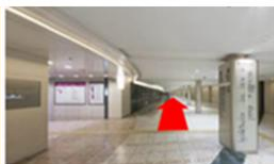
① 阪神大阪梅田駅（西改札）を背に、直進します



② 左手には大阪メトロ四つ橋線西梅田駅（北改札）があります



③ 直進します



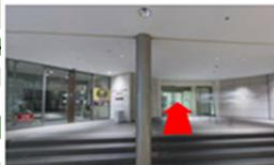
④ 直進するとハービス ENT（商業施設）の入口が見えます



⑤ 直進します



⑥ 左手にハービス ENT の入り口やビルボードライブ大阪が見えますので、そこを左折します。



⑦ ハービス ENT オフィスタワーの入口（右手側）へ入ります



⑧ 低階層用エレベーター（手前側4機）で9階へ上がります



⑨ エレベーターホールを出て、お手洗いが見える方向へ進み、左折します



⑩ 突き当たりがハービス ENT 9階貸会議室です