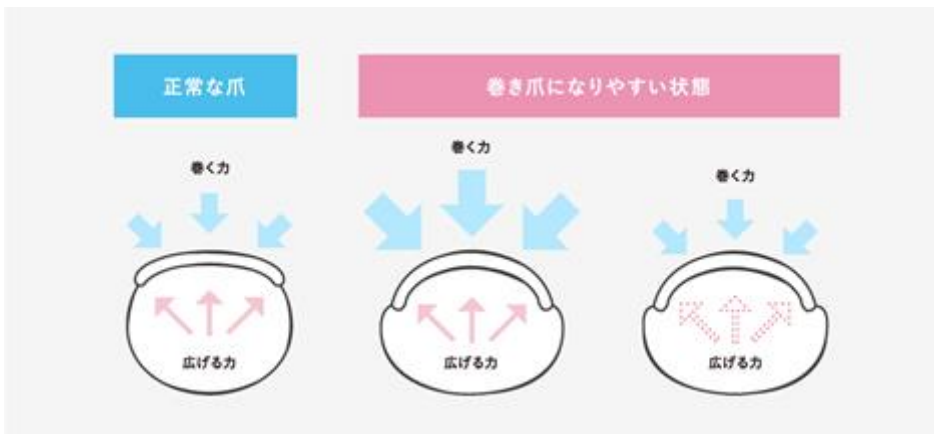




# 日々のケアで再発防止 巻き爪編

## 巻き爪が起こる原因



巻き爪は爪が自然に曲がる力とそれを押し上げる力のバランスが崩れた時に起こります。

### あなたの歩き方はどうですか？

歩く時は踵から親指までの体重移動をしましょう。

### 浮指になっていませんか？

痛くなくなった指はできるだけ大地につけるようにしましょう。

### 靴は合っていますか？

足アーチが崩れないようにインソールを調節しましょう。

### 足爪はスクエアカットにしていますか？

ケア中はYLCでカットします。そのカットを覚えてください。

FACEとFOOTの

専門サロン YLC

FACE&FOOT  
BEAUTY SALON YLC



## FACE MENU

イオン導入

超音波

ハイフクエンシー

## FOOT MENU

フットケア

ペディケア

巻き爪ケア

プライベート空間でリラック

スできます。

完全予約制

大阪府豊中市北桜塚 3-4-45

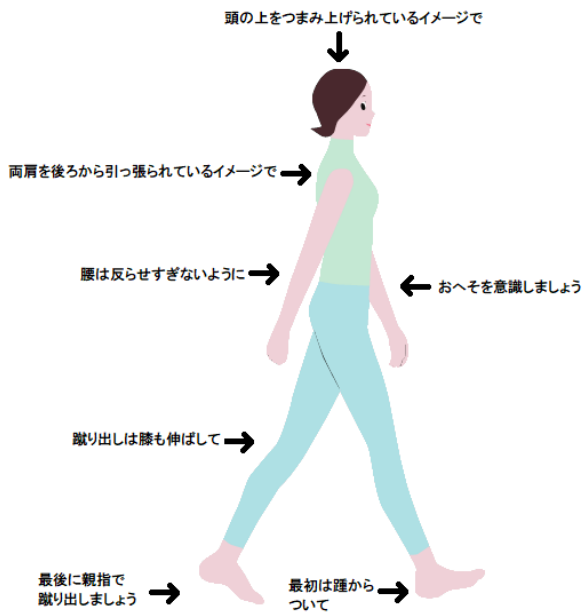
TEL 06-6850-8179

休日:不定休

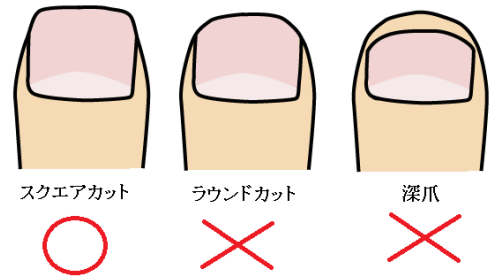
時間:10:00~19:00



歩き方は常に足裏の重心移動と姿勢を意識しましょう。

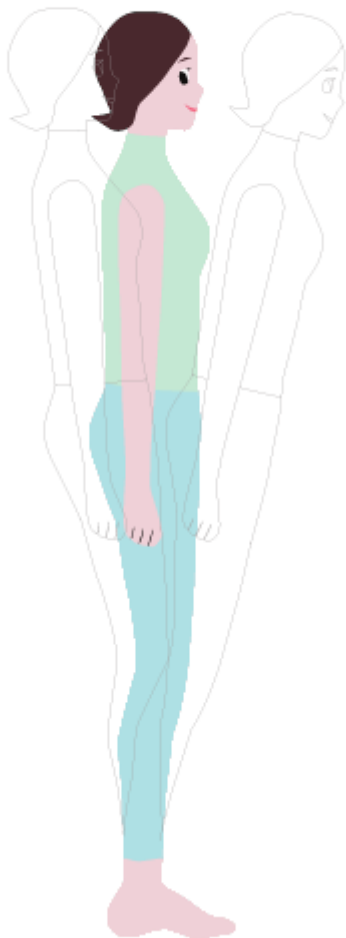


足つめのカットはスクエアカット



### 重心の感じ方

身体を前後に揺らして足裏全体にあなたの体重を感じたら、そこが足と身体ベストポジションです。



足裏の重心移動

