

|  |
| --- |
| 動画視聴報告書 |
|  |  |
| 名前・所属 | 　　　　　　　　　　　　　　・ |
| 視聴終了日 | 　　　　　　年　　　　月　　　　日 |
| テーマ | ご自宅にあるものでできるフットケア |
| 視聴動画 | [ ] 　1.フットケアを始める前に～タイミングと環境設定[ ] 　2.足の観察（フットチェック）[ ] 　3.足浴の流れと在宅での工夫[ ] 　4.爪と皮膚の間の清拭[ ] 　5.爪の切り方[ ] 　6.爪ヤスリのかけ方[ ] 　7.足の保湿の仕方・薬の塗り方[ ] 　8.巻き爪気味の爪にできる対処法[ ] 　9.肥厚気味の爪にできる対処法[ ] 　10.長く伸びた爪にできる対処法[ ] 　11. 剥がれかけ、ぐらついた爪への対処法 |
| 学んだこと | 　 |
| 実践してみようと思うこと | 　 |