

# Trait d'union

## トレデュニオン

VOL. **53**  
2016-12



- 海外展から読む 2017 年春夏シューズトレンド 2-5
- SFC 西日本支部 補習講座  
フットプリントによる足の形態変化の抽出 6-11
- SFC 東日本支部 補習講座  
フットケアとシューフィッター  
～足や爪のトラブルと靴の関係～ 12-16
- 第 30 回 日本靴医学会学術集会 参加報告 17
- 平成 28 年度 第 2 回理事会概要 18
- FHA 会員企業紹介 19
- 事務局便り



一般社団法人 **足と靴と健康協議会**  
FOOT, FOOTWEAR AND HEALTH ASSOCIATION

## 変化の乏しい中で模索される 靴種の多様性

(株) ジャルフィック チーフエディター 岡村 嘉子

2017年春夏に向けた世界最大のシューズの見本市であるミカムが、9月3日から6日までミラノにて開催されました。

ビジターは44,668名。前年同期展と比較して、5.2%の増加というポジティブな結果となりました。イタリア以外の国からは8.4%増の26,543名が訪問。国別に見ると、ヨーロッパからはドイツが、アジアからは韓国や中国の伸びが顕著となっています。その一方で、日本からのバイヤーは依然として絞り込まれる方向にあるというのが実感です。

トレンドの変化に乏しい状況が続く中で、今シーズンは靴種の多様性が顕在化、シーズン性を踏まえたアイデアに富んだコレクションが展開されました。ビジターにとっては選択技の豊富な見ごたえのある展示会だったと言えるでしょう。

### 「トレンドの深度化と靴種の広がり」

グローバルに起こる経済の沈滞化や過剰な商品供給など、さまざまな社会的要因を背景に、新しいものを取り込む意欲に乏しいマーケット。それを反映するかのよう、展示会全体の雰囲気は70年代のノスタルジックなイメージという、前シーズンを引き継いだものになっています。また、変化の乏しい中での新規性へのトライアルということもあってか、靴種は広がりを見せています。例えばパンプスを基軸としたアイテムを例にとってみても、プレーンからバックバンド、オープントゥ、サンダル、ミュールまであらゆるタイプが提案されています。

今シーズンは、快適性を訴求したスポーティーなテイストと、クラシカルな雰囲気のエレガンステイストの両者が、ひとつのブランドの中に違和感なく両立している点が特徴的です。まるでそれは女性のクローゼットの中を垣間見るよう。スニーカーやローファーからパンプスまで、その日の気分やシチュエーションによって使い分けられます。

これは言い方を換えると、大きなトレンドが存在しないということ。バイヤーにとっては、

継続しているテーマの選別、靴種の選定、価格設定、売り場の訴求方法など、MD的な視点が重要になってくると言えるでしょう。翻ってつくり手側には、ブランドのアイデンティティを改めて見つめ直すことが必要となるでしょう。

社会的な状況に大きな変化が期待できず、ひとつの流れとなったスポーツトレンドが普遍化する中で、次のトレンドテーマがすぐに浮上するとは考えにくいことは言うまでもありません。長期的な視点を持ってブランドとしての存在価値を問い直さなくては、提案すべきものが見えてこないというジレンマに陥ることにもなります。

さて、そんな状況下でも、今シーズン特に新鮮さを感じさせるのは、先シーズンから見られたクラシカルなエレガンス感。これが一層拡大化し、そこには今のフィルターを通してリファインされたスタイルやディテールが表現されています。また、スニーカーやフットベットサンダルといったスポーティーなアイテムもブーム的な勢いはないものの、必須のアイテムとして継続しています。

## FORM & ITEM

### 「新鮮なエレガンスアイテム」

久しぶりに高いヒールのパンプスに新鮮さを感じられます。ギリやカットワークなどのテクニックを生かした表現力の高いものが登場。さらに伸びやかなスティレットヒールや太目のノスタルジックなヒールなど、ヒールのデザインもさまざまあり、魅力的に映ります。

続くアイテムとして挙げられるのはミュール。フラットから高寸まで、あるいはスニーカー仕様のラバーソールのアイテムなど、バリエーション豊富なデザインが展開され、バイヤーから好評を得ました。

一方で、可愛らしいバレリーナタイプとは異なる、大人の雰囲気を持ったローヒールカット

ターが存在感を増しています。ラフな印象のカットワークや、雑材使い、ソフトな仕立てなどによるデザインが印象的。スニーカーのオルタナティブとして今後の動向が気になるところです。

また、フットベッドサンダルは今シーズンも継続して注目されています。上質な素材使いやシックなカラーリング、あるいはユニークなソールなど、モードなニュアンスを表現したアイテムは評判も上々とのこと。

そしてスニーカーは、高いクオリティを訴求したものとトレンドを的確に取り込んだものへの二極化が進行しています。



美しいスエードのサンダル。チャンキーヒールで今にふさわしいカジュアル感をもったエレガンス表現に



フリルが施されたミュール。ウェッジ風のスタックドソールが新鮮



大人の雰囲気の Cutter タイプ。クールかつアクセサリ的に



さまざまな素材とカラーを組み合わせたフューチャリスティックなフットベッドサンダル

## MATERIAL & COLOR

### 「起毛素材とエナメルを多用した華やかなカラー表現」

カラー表現がより成熟する中で、ベースとなるマテリアルには、発色の良い起毛素材やエナメルが存在感を増しています。前者はさまざまなカラーや異素材との折り合いが良く、コンビネーションにおいて豊かなニュアンスをつくり出す効果的な表面感を持っています。また後者もエレガントなデザインのパンプスやスリングバック、カジュアルなカッターなどに多用され、デザインにモダンな印象を与えます。特にアンティーク感を印象づけるシワ加工の施されたソフトタイプは、今後の露出が高くなりそうです。

また、細かなしぼ調、オーソドックスなり

ザードやピトーネのエンボスは、控え目ながら上質感のある表面感が重宝され、エレガンスからスポーティーなアイテムに至るまで、アクセントとして欠かすことのできない素材となっています。

カラーは、ピンクベージュやヌーディーなベージュが、モダンさと品の良さを印象付けるものとして効果的に使われます。また、マット仕上げやシワ感で輝きを抑制したシルバーやゴールドも新たなイメージを放っています。その他に、ピンク、ブルー、アイボリー、グリーン、ブラウンなどが、今シーズンを演出するカラーとして提案されています。



ビビッドカラーをスエードでコンビネーション。  
ポップセンスに上品さを添える



70年代のニュートラを想わせる品の良いザードエンボス



ソフトなしわエナメル。  
60年代的なコスミックな雰囲気



艶やかなスキンカラーでマニッシュシューズを  
フェミニンかつ繊細に表現

## DETAIL & ORNAMENTATION

### 「新しいグラフィカル感と進化するクラフト装飾」

カラーコンビネーションによる装飾表現が継続し、より複雑化。異素材と組み合わせたり、メタリックをアクセントとして加えたりと、控え目ながら着実に進化しています。また、新鮮なのがプリントやレーザーによって表現された、エスニックイメージや植物モチーフ、カモフラージュなどのグラフィカルな柄。オーソドックスなアイテムが主流となる市場において、このような表現は受け入れられやすい装飾感として期待されます。

70年代ムードを象徴するクラフト的な装飾も多様化しています。フリンジは長さを短く

してイメージチェンジ。印象も新たに丸いポンポンとなり、可愛らしさを表現するオーナメントとして登場。また、このポンポンにビーズ類を加えた華やかなオーナメントの提案も目立ちました。パッチワークやかかりステッチも、カラー&素材コンビネーション及びクラフトワークの両者を担うものとして、さまざまなアイデアで表現されています。またカットワークは、カラーコンビネーションはもとより、装飾的な抜き型や、複雑なパターンによってクチュール的な印象を放つものも多く登場しています。



ミドルヒールとエナメル、さらにプリント素材で70年代のノスタルジックな雰囲気を



ポンポンがキュート。ジュートを巻いたチャンキーヒールも新鮮



オーソドックスなスニーカーにビーズ装飾でイメージを刷新



ウェーブをモチーフにしたグラフィカルなカットワーク



#### 岡村 嘉子 (おかむら よしこ)

大学卒業後、ジャルフィックに入社。新業態研究誌「Zerohour」の編集に携わり、衣・食・住・遊にわたるさまざまな新コンセプトショップの取材・執筆を経験する。現在はシューズ&バッグに関する機関誌「JALFIC」の企画・編集及び、トレンドセミナーや海外見本市レポートセミナーなどで講演を行なう。流行情報センター (JAFCA) が発行する「流行色」にもシューズ&バッグトレンドについて執筆中。



SFC 西日本支部 補習講座

# フットプリントによる足の形態変化の抽出

講師 菅家 寿春氏 (バウアーファインド 日本担当マネージャー)

6月2日(木)大阪・CIVI研修センター新大阪東にて、日本全国を飛び回り活躍している、フットプリンターで有名なバウアーファインド社の日本担当マネージャー、菅家寿春氏を講師にお迎えして講座を開催いたしました。内容はもちろん、親しみやすいお人柄で受講生からは大好評の講座となりました。当日のスライドを中心に、内容の一部をご紹介します。

報告者 SFC 西日本支部 倉富 美紀

## 1. フットプリンターの使用目的

**フットプリンターの使用目的**

1. 靴を作るため(靴職人、整形靴技術者)
2. インソールを作るため(義肢装具士、インソール技術者他)
3. 靴・中敷きの接客のため(シューズ販売従事者)
4. 施術・リハビリのため(整体師、理学療法士)
5. 成長を記録するため(教師、親など)


足の「情報収集」を担うフットプリンターですが、一時は電子計測機の普及により、出荷数が激減した時期もあったようです。

数年の停滞期を経て再び見直され、近年では理学療法士への普及が広がっているとのことでした。

## 2. フットプリントから得られる情報

**フットプリントから得られる情報**

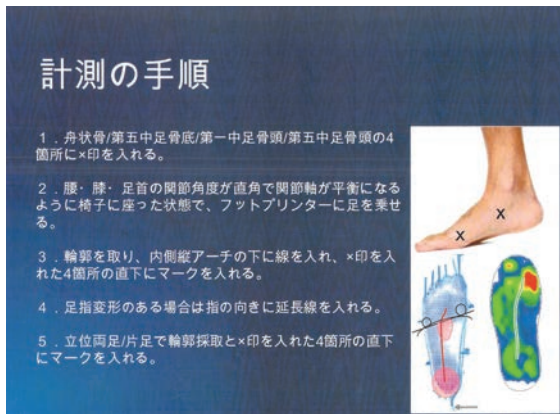
<p>【基本情報】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ サイズ (足長・足幅)</li> <li>・ 外郭形状</li> <li>・ 足底圧分布</li> <li>・ 足指の向き</li> <li>・ 胼胝の位置</li> </ul>	<p>【さらに・・・】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 加重前後の形態変化</li> <li>・ メタパッドの位置の特定</li> <li>・ COPの軌道(仮想)</li> </ul>
--	--



上記がフットプリントから得られる情報です。これらを分かりやすく見られるのが、「グリットタイプ」のプリンターです。

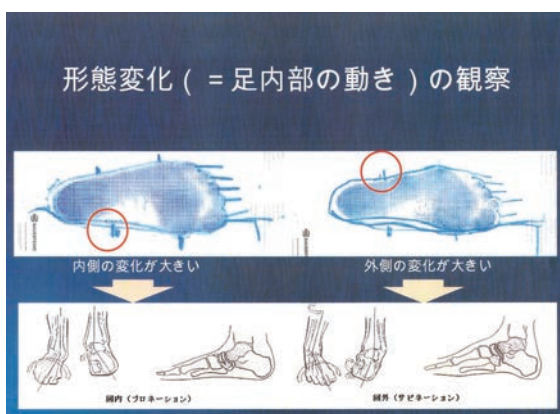
10N/cm<sup>2</sup>毎に線を追加表示することで、色の濃淡の変化により足底圧の分布を目視でも把握することが可能となります。

### 3. 計測の手順



- ①後でフットプリントにマークを入れる為の印しです。
- ②片方の手で足の甲を軽く押さえ、もう片方の手を軽く膝の上に置き、関節角度を微調整します。
- ③この時スティックは、輪郭を採る場合は垂直に、内側縦アーチに線を入れる場合は、スティックを握った手の小指の側面を床に軽く付け採ると、プレを抑えて綺麗な線を採りやすくなります。
- ④足趾の向きを抽出する場合は、趾の第2関節の中心から足先の中心に向けて定規をあて延長線を描きます。  
特に変形の割合が大きい第1趾と第5趾がそれぞれ内転、外転している場合もありますので、趾の向きと合わせて爪の位置なども描写できれば、より足の状態を詳細に記録できます。
- ⑤マークの位置が加重などで変化し、形態変化を読みとるポイントになります。

### 4. 形態変化 (=足内部の動き) の観察



先に述べた3つの計測方法で、骨の位置変動が見られます。荷重時の足部の運動性が大きく2つに分類されます。

1つは内側（特に踵骨）の変化が外側より大き

い場合は、回内（プロネーション）傾向が強い足であり、一方で外側（特に第5中足骨根）の変化が内側より大きい場合は、回外（サピネーション）傾向の強い足といえます。

いずれにしても変化に極端な左右差がみられたり、過剰な伸展（足長に5%）が見られたり、あるいは全く変化が無いという場合も、足部の運動機能異常（腱や靭帯の損傷など）の可能性があるとされています。

しかし、インソールなどを使用し圧の均一化、過伸展を制御することで改善が見られる場合も多くあります。

### 5. 加重前後の足幅の変化がわかりやすい足



加重前後のフットプリントを採ることで、外郭線の比較ができ、足幅の変化も記録することができます。

足幅変化の大きな足は、店舗などで靴を試し履きした際、座位では快適でも、歩行時に圧迫を感じるなどの不具合が生じる可能性があります。

### 6. かかとの脂肪層が潰れている一例



健康な踵部は、加重時でも脂肪層が適切な丸みを維持しているので、フットプリントの転写部と外郭線の間が白く抜けて写ります。

踵の脂肪層が何らかの影響で潰れている場合は、踵の丸みが維持されない為、転写部と外郭線との間が隙間なく表示されます。

主に過度な運動や加齢・肥満、緩衝性の無い靴などを履くことにより踵が潰れてしまい、その結果、歩行する度に踵に衝撃が走り、踵痛や膝痛を引き起こすことにもなります。

### 7. 浮き指 (第四・五趾がプリント無し) の一例



本来、立位では全ての趾が接地するものですが、何らかの理由で趾が背屈したまま浮いてしまいます。

その状態でフットプリントを採ると、転写されません。

主に第5趾に多くみられますが、第4趾や外反母趾の場合は第2趾が浮く場合もあります。

殆どの場合、趾に圧がかからない分、他の部位が過剰に圧を受け止める (主にMP関節下) こととなりますので、靴には何らかの調整を加え、立位で趾が接地するように促すことが望ましいです。

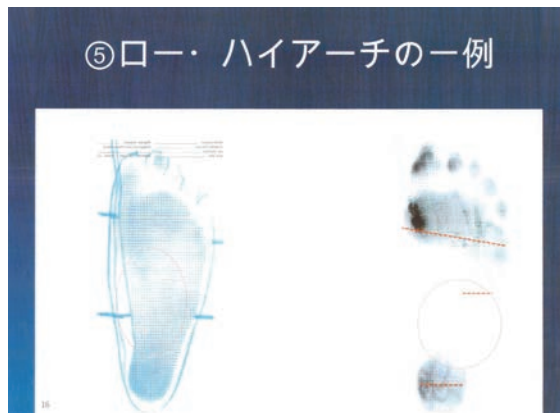
### 8. 踵、または前足部に偏って加重している一例



こちらは、フットプリンターへ乗った際の姿勢に問題があります。

誤った判断をしてしまう可能性もありますので、まずフットプリントを採る前に正しい荷重姿勢 (前後・左右均等に) で立つ・立たせる練習が必要です。

### 9. ロー・ハイアーチの一例



内側縦アーチがどの程度接地しているかを見ることができます。





縦アーチが接地しているというだけで、扁平足とは言えません。足底筋が発達して接地することもあるからです。

また同様に縦アーチが接地していないというだけで、ハイアーチとも限りません。

様々な結果を複合しての判断が必要となります。

### 10.5 : 3 : 2 でバランスが良い



フットプリントで転写された+部の総数を数えて、それぞれの部位（踵・母指球・小指球など）の+部の数の比率を算出すると、足裏の支持バランスが見えてきます。

例をあげるなら、踵の+の数が25個、母指球が15個、小指球が10個であれば、その比率が5:3:2となります。

### 11. 全体的に足底圧が強い/弱い

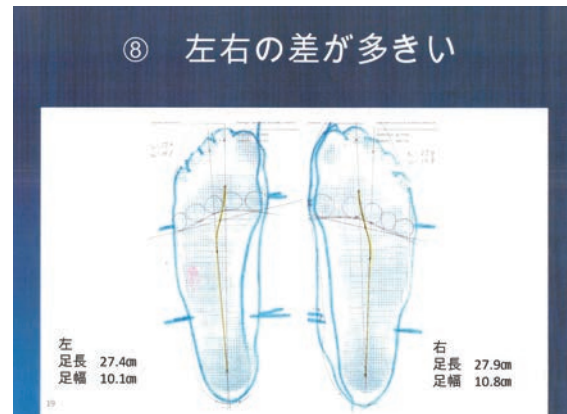


体重の少ない（25kg未満）場合は、用紙に足型が転写されにくく、足底圧が見づらい場合があります。

一方で体重が重い場合は、当然、足底圧も強くなり圧の強い部位が広く検出されます。

足底圧計測を体重変化ごとに時系列で実施することで、減量による足底部の負担軽減を示すことができるので、運動療法などの効果を可視化できます。

### 12. 左右の差が大きい



左右差は足長・足幅・足囲と言ったサイズの差から、加重前後の骨位置の変化、各サイズの変化幅といったダイナミックな左右差まで分かります。

サイズの左右差は靴選びに影響し、ダイナミックな左右差は、インソールなどで運動制御（変化の大きい方を制御して小さい方へ合わせる等）することによって、歩行や運動時のアンバランスを修正したり、運動時の姿勢改善へのアプローチも可能です。

ここまで、計測・転写したフットプリントの見方についての講義が行われました。

次は実際に判断した足に対してどのようなアプローチが可能なのかを、バウアーファインド社のインソールを使って教えて頂きました。

### 13. 適正なインソールサイズの選び方




メタパッド（ペロッティ）を搭載した既成のインソールを適合する際は、インソールの捨て寸は参考にはなりません。あくまでも内外側アーチ・メタパッドの高さ・位置が足とかみ合うかで選定します。特に内外側のアーチの形状は、既製品であっても成型可能な物が好ましいです。

メタパッドの大きさ・高さはフットプリントの足底圧計測結果から、何種類か選べるのが望ましいです。

メタパッドの不適合は、不快感や疲労感につながるだけでなく新たな胼胝などを引き起こす場合もありますので注意が必要です。

#### 14. カカト下端からメタ上端までの実寸

カカト下端からメタ上端までの実寸			
サイズ表記	メタ上端までの実寸(mm)	サイズ表記	メタ上端までの実寸(mm)
35	15.0	41	18.0
36	15.5	42	18.5
37	16.0	43	19.0
38	16.5	44	19.5
39	17.0	45	20.0
40	17.5	46	20.5



バウアーファインド社のインソールは、サイズに従って踵末端からメタパッド上端までの長さが5mm刻みとなっています。

在庫が欠品している場合でも、フットプリントで正確に踵末端からメタパッド上端までの長さがわかれば、サイズがわかる仕組みとなっています。

#### 15. フットプリントから得られる情報



潜在ゲイトライン抽出の場合、まず踵の円の中心をスタート点にします。

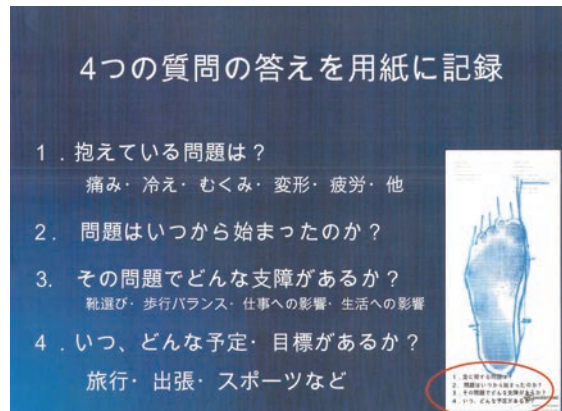
そこから第3趾の中心に向けた直線を引きます。

その後、中足部の終盤からメタパッドの頂上に向けて緩やかにプロネーションし、踵部の中心と第2趾の中心をつないだ線上の圧の切り換わるポイントをリリースポイントとします。(反対の足へと移行する)ただし歩行時の足底圧を、

装置などを使用し照合するための抽出ですので、動的解析を行わない場合は必要ありません。

「足形態の変化抽出」としてのフットプリントの見方を教えて頂いた後は、そのデータをどのように活用していくかの講義です。

#### 16. 4つの質問の答えを用紙に記録

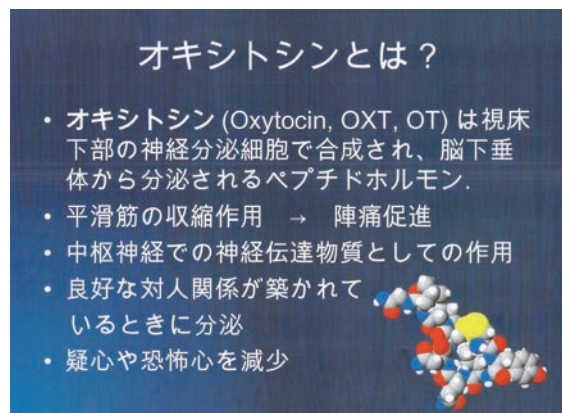


フットプリントの用紙には、足裏を転写するだけでなく、お客様の情報も記入していきます。

この4つの質問は上から、お客様の置かれた状況の過去→現在→未来といった構図になっています。

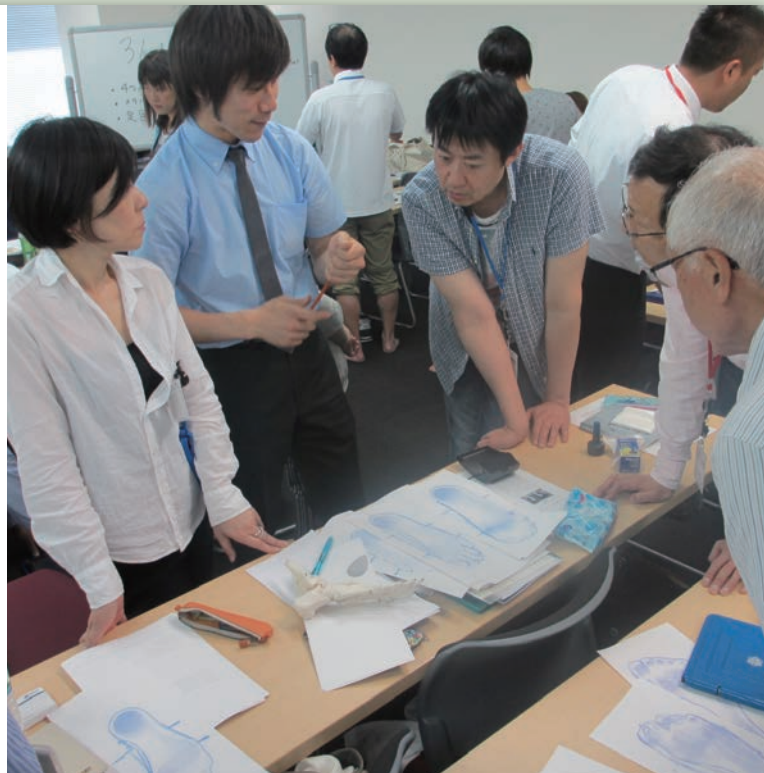
足裏のデータと共に大切な情報となり、症状改善の前後を比較し、お客様にも見える化することで、長期的な信頼関係を構築して行くことができます。「信頼関係を生む」ということに関連してOXYTOCIN (オキシトシン) という、ホルモン物質の話がありました。

#### 17. オキシトシンとは?

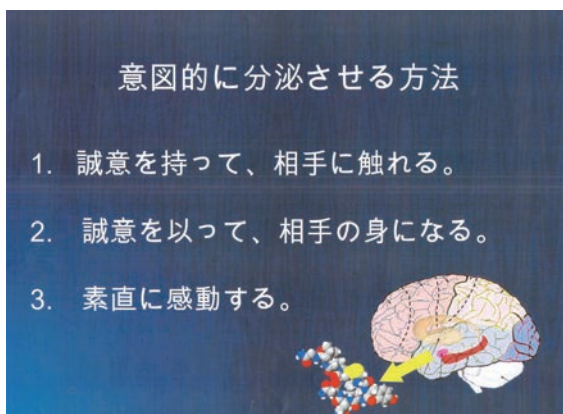


人はオキシトシンを意図的に分泌でき、無条件の信頼を相互に得ることが出来るそうです。

私達も日常生活の中で無意識のうちに、分泌したり、されたりしているのですね。



## 18. 意図的に分泌させる方法



こちらはシューフィッターの私達が靴販売時に、普段から行っていることに通ずることもあります。

- ①フットプリント計測、触診、試し履き
- ②4つの質問のやりとり
- ③再来店時の改善確認・手応え

このように、フットプリンター計測は、ただ足の情報のみを収集するのではなく、お客様との信頼を生むためのコミュニケーションツールにもなります。足に直接触れて計測するサービス自体が「お客様と私達までもを健康へと導く」と熱く語って頂きました。近年の「フットプリンターへの回帰」の理由の1つが理解できた気がしました。

午前中の講義を終え、午後からは受講生が2人1組に分かれて実技を行いました。

「マイ・フットプリンター」持参の受講生もい

て関心の高さが伺えました。しかし使い慣れていない受講生も多く、実技中に菅家先生が回り、その場で質問に丁寧に答えていただきました。店舗でフットプリントを採る受講生でも今回の計測方法は新たな方法の1つであり、驚きもあったようです。

ペドカルテ同様、習得は「1日にしてならず！」計測する側の理解力・技量、数をこなしてこそ上達していくものだと感じました。

最後は菅家先生より受講生一人一人に「修了書」が授与されました。菅家先生、受講生の皆様。1日本当に、お疲れ様でした！

## まとめ

フットプリントは靴選びに役立ち、お客様に足の状態を伝えやすいツールですので、ぜひ皆様の店舗・売場でも取り入れて欲しいと思いました。

また今は「通信販売」で靴が買える時代。そんな時代だからこそ、実際にお客様と向き合って足を見て、触れさせて頂く販売が望ましいと思います。そんな時に、フットプリントは力強い道具になってくれるはずです。



**菅家 寿春 (かんけ としはる)**

パワーファインド日本オフィス  
日本担当マネージャー

TEL : 050-3631-0918 携帯 : 090-5592-2356

E-Mail : Toshiharu.Kanke@bauerfeind.com

発疹の種類	紅斑
発疹の形態	母指頭大
発疹の数、配列	孤立散在
発疹の色	鮮紅色
発疹の硬さ	浸潤が強い
発疹の解剖学的部位	下腿



紅斑症  
下腿に限局  
結節状  
強い細胞浸潤(皮下に好中球の浸潤)

結節性紅斑



# SFC 東日本支部 補習講座 フットケアとシューフィッター～足や爪のトラブルと靴の関係～

講師 高山 かおる氏 (済生会川口総合病院 皮膚科 医師)

6月23日(木) 東京・両国、国際ファッションセンターにて、最近メディアでも注目されているフットケアについて、皮膚科医の立場から高山かおる先生に足や爪のトラブルと靴の関係をお話いただきました。

高山先生はテレビをはじめメディアでも大変ご活躍で著書も多数ありますが、簡単なプロフィールをご紹介します。現在は済生会川口総合病院皮膚科部長を務め、東京医科歯科大学大学院皮膚科学教室特任講師もされています。1995年、山形大学医学部を卒業し、東京医科歯科大学附属病院にて足の問題を根本から解決するための装具外来、メディカルフットケア外来、歩行教室を併設するフットケア外来を開設されました。

健康な足を保つ重要性について著書や講演、マスコミを通じて啓発を行ってこられました。活動を広げる目的で一般社団法人足育研究会を設立されました。著書には「皮膚科医の教える本当に正しい足のケア」(家の光社)、「巻き爪、陥入爪、外反母趾 特効セルフケア」(マキノ出版) など多数あり、メディアや雑誌に良くご出演されています。

講演は前半に皮膚と爪の変化の見方を解説、後半はフットケア外来の実際の症例を臨床写真等で紹介し、最後に参加者へのメッセージとしてシューフィッターへの熱い思いを語っていただきました。講演内容の一部をご紹介します。

報告者 SFC 東日本支部 増田 京子

## 1. 足に着目することについて

なぜ皮膚の中でも足なのでしょう。足(下腿)は体の中でも皮膚病が非常に多いところです。何故かというところは足は心臓から遠く、リンパや血液が溜まりやすいところです。そのうえ外的な刺激が多く、静脈圧が高いので出血もしやすい。そして病気になると治りにくいのが特徴です。非常に大切な部位なのにあまり気を使わない、むしろないがしろにされている感じもします。これは目から遠いので気にして見ることが少ないからではないかと思っています。しかし、実際には足にしか出ない皮膚病は非常に多いのです。

## 2. 皮膚科医による足の診方について

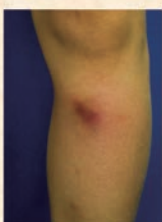
では実際に皮膚科医はどのようにして足を診るのでしょうか。症例で説明します。

### (1) 皮膚の診方について



[症例] 36歳、女性  
[既往歴] 慢性扁桃腺炎  
[現病歴]  
数日前から咽頭痛あり。  
38度台の発熱が持続。  
2日まえより 両下肢に  
皮膚症状出現。  
熱感・圧痛をとまった。

この場合はまず発疹の種類、形態、数、配列、色、硬さ、解剖学的部位について診ます。結果はこ  
のように診断します。

●発疹の種類	紅斑	
●発疹の形態	母指頭大	
●発疹の数、配列	孤立散在	
●発疹の色	鮮紅色	
●発疹の硬さ	浸潤が強い	
●発疹の解剖学的部位	下腿	

紅斑症  
下腿に限局  
結節状  
強い細胞浸潤(皮下に好中球の浸潤)

**結節性紅斑**

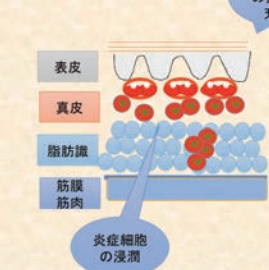
病名は結節性紅斑(けっせつせいこうはん)で扁桃腺炎に伴っておこります。この赤い病変のことを「紅斑(こうはん)」と言います。この色の変化を「斑(はん)」と呼んでいて皮膚の色の変化のことを言います。

紅斑  
皮膚が赤くなる理由とは

毛細血管の拡張と充血

炎症細胞の浸潤

表皮  
真皮  
脂肪織  
筋膜  
筋肉

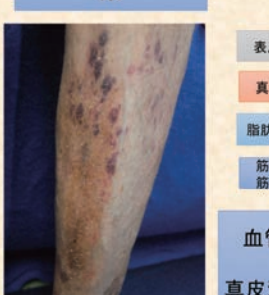


結節性紅斑

紫

血管からの赤血球の漏出  
真皮深層に出血すると青色に

表皮  
真皮  
脂肪織  
筋膜  
筋肉



赤、紫などの他に黒、茶、青というのもあります。

これはメラニンに関連したもので、ホクロなどが黒く見えるのはこのためです。頻度はそれほど高くありませんが、ホクロの癌、悪性黒色

腫などもこれにあたりますので注意が必要です。そして、皮膚の色調の変化をもたらす要因は血管、赤血球、白血球、メラニン、鉄などがあげられます。

黒・茶・青

表皮  
真皮  
脂肪織  
筋膜  
筋肉

メラニンの増加

- 黒:角層レベル
- 茶:表皮基底膜レベル
- 青:真皮深層レベル

悪性黒色腫



次に皮膚が剥けることについてお話しします。一般に趾間びらん型の白癬(水虫)は趾の間の皮膚が剥けることが知られていますが、別の病気の場合もあります。

趾間びらん=白癬とっていませんか?



皮膚が剥けることを不全角化と言います。皮膚は他の臓器と違い表皮レベルであれば傷ついてもまた元に戻ります。皮膚が剥けて再生するサイクルをターンオーバーと言いますが、これが早かったり、遅かったりすることで皮膚にトラブルが発生します。趾間びらんは見目の違いは無いので白癬菌があるかどうかは検査してみないと分かりません。

よく踵がかさかさになる過角化というのがありますが、これはターンオーバーが遅い場合におこります。また、角質を覆うだけの保湿成分が皮膚から補いきれず亀裂を生じたりします。

## 皮膚が剥けるということの理由



## (2) 爪の診方について

爪を診るときは「かたち(厚み、硬さ、角度)」「色(ピンク、白、黄色、黒)」を診ます。爪の働きには①指先を保護する②指先の力を増加させる③指先の知覚を敏感にする④指先にかかる負担のバランスをとる、などがあります。言い換えれば爪にトラブルがあると、これらの機能が低下してしまうということです。深爪をしてしまうと物が掴み難かったり、指先に力が入らなかったり、痛みが出たりということは皆さん経験していると思います。足の親指の爪は歩くときの推進力を得るために地面から掛かる力を受け止める役割をしています。骨のあるところはこの役割を骨が担っていますが、末節の骨の無いところは爪がその役割を果たしています。

また、爪はその湾曲している形状で推進力を高める機能を担っているのですが、爪の切り方を間違え、深爪などになるとその機能が低下するだけでなく、陥入爪や巻き爪になり痛みを伴います。さらにこれに外反母趾やハンマートーなど趾の変形が加わると一層症状が悪化します。この他に、寝たきりの方の爪はトランペット状に巻いていることが知られています。爪は巻いていく性質を持っています。寝たきりで歩かないので、爪に負荷がかからず、クルクルと巻い

ていくのです。歩くことができて歩行器の使用や指先をしっかり使って歩いていなければ同じようなことになります。すべての爪が厚くなって巻いていくことがあります、靴が一因となっていると考えています。

## 痛む理由は？

深爪のため周りの組織が爪に覆いかぶさってきます。

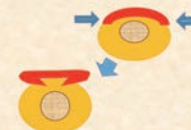
深爪になった際に爪棘を残していることがあります。



## 爪の変化について 例)トランペット型巻き爪



足趾の先端が浮き上がっている



末節骨からはずれた上方の軟部組織の部分に陥入する

強い力が加わったときもしくは廃用性の場合にもみられる

## 巻き爪・陥入爪の原因 外反母趾



外反母趾変形・ハンマートウ変形のために2足趾が母趾の爪をおす



母趾回内のため内側側爪の皮膚は地面からの圧力を受けて肥厚し爪甲にのしかかっている。

全足趾に及ぶ巻き爪をみとめる  
(爪甲は肥厚している)



巻き爪の原因 外力・肥満・浮腫

## 爪白癬と間違われてしまう病変

≡ 爪甲の厚い爪



爪の水虫、爪白癬は白癬菌が爪に入っておこります。爪白癬になると爪が厚くなってきますが、それ以外の病気でも同じようになる場合がありますので注意が必要です。

### 3. 足をめぐる問題について

ここからは足を巡る問題を中心にお話したいと思います。長年フットケア外来をやっていますが、タコやウオノメ、爪のトラブルを対処療法ではなく、根治させたいという思いでやっています。なぜ足が痛くなるかという、靴がその一因となっていることは明らかです。足の痛みは外反母趾や開張足などの変形によって起こる場合がありますが、原因は使い過ぎや圧迫が考えられます。部位は、爪先や甲の部分の圧迫、前足部の足裏などに痛みが出やすいです。特に足先は敏感なため、爪などは痛みが強く出やすい部分です。



そして、趾の間の神経層が靴の圧迫により傷むモートン病などがあります。また、高齢になると踵の脂肪層が薄くなり踵荷重で歩くと非常に痛みが出やすくなります。しっかり趾が使えない浮き指は足の裏に正しく荷重されないで、皮膚に必要以上の負担がかかり、タコやウオノメのような障害が起こることもあります。原因はサイズの合わ

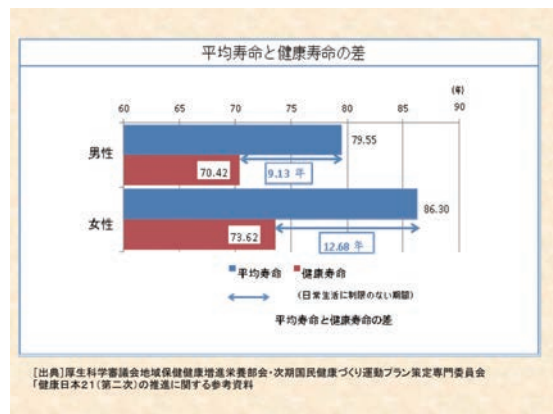
ない靴に足が押し込められ圧迫されたため、しっかり足に合った靴を履き、趾が自由に動く状態であればこのような障害は起こらないと思います。特に気になるのは、高校生の履くローファーです。制靴になっているケースが多いため、他の靴でも良いか許可をとらなければ治療ができません。

### 特に靴の問題が大きい足



### 4. 平均寿命と健康寿命について

平均寿命と健康寿命というものがあります。平均寿命は、今生まれた人が何年生きられるかを示した期待値です。健康寿命は、平均寿命から介護など自立した生活ができなくなった年齢を引いたものです。



現在の大きな問題はこの平均寿命と健康寿命との差があり過ぎることです。男女で多少の差はありますが10年前後は自立できない状態になっていて、この差がなかなか縮まらないことが問題です。健康寿命を延ばすことの意義は、年金負担の軽減など経済効果もありますが、長く健康に生活でき、本人のためになります。要支援、要介護になる一番の原因は運動器疾患です。健康寿命を延ばすために推奨されているのはウォーキングです。ウォーキングは生活習慣病の予防になることはご存じだと思います。最近はロコモティブ

シンドロームだけではなく認知症の予防にもなると言われてます。全ての病気の予防には8,000歩、認知症予防には5,000歩、最低限身体を弱めないためには2,000～3,000歩、寝たきりにならないためには最低2,000歩は歩くことが必要と言われてます。ただし、トラブルを抱えた足で歩いても逆効果です。腰やひざが痛くなりウォーキングも長くは続けられません。運動器疾患の魔のループは、痛いので歩かない、筋力が衰える、転倒、骨折、寝たきりという道を辿ることです。そこで足のトラブルに着目しているのですが、足は身体が一番下の過酷な条件下にあります。靴はそんな足の味方にならなければならないのですが、実際に診療しているとむしろ敵になっていることの方が多いのです。足は皆さまご存知の通り、3つのアーチで2足歩行を可能にしています。また足は第二の心臓と言われているのもご存じでしょう。心臓は鍛えられませんが足は鍛えることができます。健脚の人が長生きするのは心臓の働きを足が補って負担を減らしているからです。

### 5. 足の変形と機能低下について

足の変形と機能の低下をどう考えるかをお話したいと思います。

生活習慣病やメタボリックシンドロームは良く知られていますが、タコやウオノメ、巻き爪などのトラブルで足の運動機能が低下するということは残念ながらあまり認識されていません。このままでは足が弱って歩けなくなるかもしれない状況を「あしよわ（足の弱い状態）」と呼んで注意喚起を促しています。

#### ‘あしよわ’について

足の変形(外反母趾など)や皮膚の角化(タコ・ウオノメ)や爪のトラブル(巻き爪など)があり、同時に下肢(脚)のはたらきが悪くなっている状態。

これは足育研究会で定義しています。この「あしよわ」を脱却するために足のことを自分で考えてケアする「あしラブ」習慣を提唱しています。具体的にはどういうことかと言いますと、例えば、適切な靴を選んで履くことを気かけるとか、ストレッ

チや運動習慣をもつとか、足を爪の周りや趾の間までしっかりあらうとか、爪の長さを適度に保つとかということですが、この中で靴は買い替えるなどのハードルがあるかもしれないし、運動にしてもそもそも習慣のない人にはすぐには取り組めないかもしれません。

では、すぐにできる「あしラブ」とは何でしょうか？

それはスキンケアだと思います。足をきれいに洗い清潔に保ち、クリームを塗って保湿をする、今日からすぐにできます。これは自分の足のことを思うきっかけになる「あしラブ」だと思います。

そして靴選びですが、やはり自分で選ぶのは非常に難しいと思います。自分自身の足について何もわからない状態では正しい靴を選ぶことはできません。大人でもそうなので、ましてや小さい子供の場合はさらに問題が大きいと思います。いずれにしろ、自分の足にピッタリと合った靴がどういうものなのか感覚的にも分からないのですから大変です。そのようなことから、小さいころからの靴に対する教育「足育」が重要だと思います。「あしよわ」にならないための3本柱は「フットケア」「運動」「靴」です。

### 6. 靴選びについて

では靴はどこでどうやって選べばよいのでしょうか。やはりシューフィッターのいるお店で見てもらうのが良いでしょう。ただし重症度によっては、既成の靴では難しい場合もありますので、インソール作成ができるマイスターのところへ行くことをお勧めすることもあります。あるオーソペディシューマイスターの言葉ですが、インソールは眼鏡のレンズ、靴はフレームだと思います。まずはしっかりと知識を持った専門家に相談するということが大事です。

シューフィッターの皆さまには、TPOに応じた靴をお勧めしていただきたいと思います。

そして、靴は本来、足を守るものですので、決して健康被害をつくってはいけないということを改めて認識していただきたいと思います。



高山 かおる (たかやま かおる)

- ・ 埼玉県済生会川口総合病院 皮膚科 主任部長
- ・ 東京医科歯科大学大学院 皮膚科学教室特任講師
- ・ 足育研究会 代表





# 第30回 日本靴医学会学術集会 参加報告

日 程：2016年9月23日（金）、24日（土）  
会 場：メルパルク京都  
参加者：顧 問 矢代裕夫  
事務局長 木村克敏  
研究員 原田 繁

9月23日（金）、24日（土）の2日間、JR京都駅前の「メルパルク京都」で開催された「第30回日本靴医学会学術集会」の展示スペースにブース出展。来場者に足型計測サービスを実施。また、小冊子「はだし気分で歩こう」を配布して、靴を販売する専門職である「シューフィッター」の職掌と靴選びにおける「シューフィッティング」の重要性をPRした。

今回、印象的だったのが医師はもちろん、理学療法士やフットケア関係の方々の来場が目立ったこと。養成講座の受講生と同じ傾向が見られた。これからは医療関係者との連携がますます重要になると再確認した。

（報告：原田研究員）



FHA ブース

足型計測に関心を持つ医療関係者はとても多い。



医師からは的を射た鋭い質問がたくさん飛んできます。

養成講座や補習講座で大人気の新潟医療福祉大学の阿部先生もいらっしました♪



# 平成 28 年度 第 2 回理事会概要

平成 28 年 11 月 18 日（金）午前 10～12 時、皮革会館にて理事会を開催した。

## 【出席】理事総数 18 名 出席 13 名

定款 25 条により理事会は成立。印南会長挨拶の後、定款 24 条に従い議長は会長があたり審議に入った。

## 【議事録署名人選出】

定款 28 条 2 項に従い議事録署名人は、城戸理事、堀越理事が選任された。

## 【議案審議】

### 1. 第 1 号議案 平成 28 年度上半期事業計画の進捗状況報告と下半期予定承認の件

配布資料に沿って神部専務理事報告、上半期事業計画は順調に遂行された旨、報告があった。

#### ●シューフィッター部会

- ・養成講座上期結果：プライマリーコース 受講者数 215 名  
バチェラーコース 受講者数 19 名  
シニア専門コース 受講者数 15 名
- ・養成講座下期見込：プライマリーコース 受講者数 198 名  
幼児子ども専門コース 受講者数 20 名

#### ●シューフィッタークラブ部会

##### ・東日本支部

- |       |           |    |      |                                |    |            |
|-------|-----------|----|------|--------------------------------|----|------------|
| 第 1 回 | 6 月 23 日  | 東京 | 78 名 | 「フットケアとシューフィッター～足や爪のトラブルと靴の関係」 | 講師 | 高山 かおる     |
| 第 2 回 | 9 月 13 日  | 東京 | 47 名 | 「運動機能解剖学に基づいた接客テクニック Part1」    | 講師 | 阿部 薫       |
| 第 3 回 | 12 月 16 日 | 東京 | (予定) | 実習＆「白熱教室！～パンプスを合わせよう！」         | 講師 | 野村 美香 林 美樹 |
| 第 4 回 | 2 月 9 日   | 東京 | (予定) | 実習＆「運動機能解剖学に基づいた接客テクニック Part2」 | 講師 | 阿部 薫       |

##### ・西日本支部

- |       |           |    |      |                                  |    |       |
|-------|-----------|----|------|----------------------------------|----|-------|
| 第 1 回 | 6 月 2 日   | 大阪 | 48 名 | 「フットプリントによる足の形態変化の抽出」            | 講師 | 菅家 寿春 |
| 第 2 回 | 8 月 24 日  | 神戸 | 33 名 | 実習＆神戸医療福祉専門学校三田校整形靴科見学（設備＆授業）    |    |       |
| 第 3 回 | 10 月 19 日 | 大阪 | 36 名 | 「認知症を正しく理解して予防する」                | 講師 | 谷口 優  |
|       |           |    |      | 「はじめよう！ノルディック・ウォーク～安全で効率の良い全身運動」 | 講師 | 森 裕史  |
| 第 4 回 | 2 月 7 日   | 大阪 | (予定) | 実習＆「白熱教室！～パンプスを合わせよう！」           | 講師 | 林 美樹  |

##### ・「第 30 回日本靴医学会学術集会」に参加

9 月 22、23 日 メルパルク京都 ブース出展して来場者に足型計測を実施した。

#### ●情報交流部会

- ・ホームページの見直し
- ・情報誌「トレデュニオン」の発行 Vol.51（4 月号）：創立 50 周年記念祝賀会開催報告／東西 SFC 補習講座内容紹介／第 7 回幼児子ども専門コース認定者 25 名紹介  
Vol.52（8 月号）：海外展から読む 2016～17 年秋冬シューズトレンド／東西 SFC 補習講座内容紹介／IFF 参加報告／シューフィッター養成講座シニア専門コース紹介／定時総会概要報告・平成 28 年度アクションプラン／第 15 回バチェラー（上級）コース認定者 14 名紹介

#### ●新規事業部会

- ・新マスターコース養成講座開設分科会を今年度 6 回実施した。 承認

### 2. 第 2 号議案 平成 28 年度上半期収支会計報告及び下半期収支予算見直し承認の件

配布資料に沿って神部専務理事報告、上半期収支計画は順調に遂行された旨、報告があった。 承認

### 3. 第 3 号議案 東京皮革産業厚生年金基金事業主負担額一括納付の件

配布資料に沿って神部専務理事報告、事業主負担額一括納付について報告があった。 承認

以上を持って議案事項は承認され、報告事項を確認し理事会は終了した。



## F H A 会 員 企 業 紹 介 ①

一般社団法人足と靴と健康協議会（FHA）には現在 41 社の会員企業がありご支援ご協力をいただいております。そこで今号から FHA 会員企業の紹介をスタートいたしました。はじめに FHA 前身の日本靴総合研究会時代からご支援いただいております、現 FHA 会長でもある印南淳氏のダイナス製靴株式会社様を訪問しました。

### ダイナス製靴株式会社

- ・ 創 業：1949 年
- ・ 資 本 金：10,000 千円
- ・ 代 表 者：水野まり子
- ・ 従 業 員 数：50 名（男性 30 名 女性 20 名）
- ・ 事 業 内 容：婦人靴・紳士靴の製造並びに販売
- ・ 所 在 地：〒 114-0022 東京都北区王子本町 1-5-13

ダイナス製靴株式会社は靴業界では知らない人はいない木型職人・菊地武男氏が創業し、現在は娘であり 4 代目社長の水野まり子氏が継いでいます。履きやすさにこだわった美しい婦人靴が整然と並ぶショールームで社長にお話をお伺いしました。

#### —現在の状況は？

今は非常に厳しい状況にある。特に消費税が 8% に上がったからが厳しい。スニーカーがファッションの分野まで進出してきていることに加え、これまで働いていた人がリタイアして年金生活になったことでのマイナス要素が一度にきている。一番大変な時に社長になったと思うが、ピンチはチャンスでもある。革靴業界全体が旧態依然の仕事のやり方から脱却できておらず、時代の変化に対応しきれていない。新たなビジネスモデルを構築する時だと思っている。

#### —これからの展望は？

現在、革靴はスニーカーに押されているが、革靴やパンプスを履かなくなるのかといえばそんなことは無い。ヨーロッパでは TPO に合わせて靴も履き分けるし、子どもへの靴教育という文化が根付いており、日本でも広がつつある。

また今はウォーキングやジョギングといった「医学的な健康」がブームだが、女性はウォー

キングシューズよりもパンプスを履いている時の方が、背筋が伸びて姿勢が良くなり気持ちが凛として若々しく見える。そういった「精神的な健康」へのニーズが無くなることはないし、これからはもっと女性が社会に進出してくる時代なのでビジネスでの履きやすいパンプスへのニーズは増えていくだろう。

#### —御社ならではの取り組みは？

弊社はオーダー靴も受けているが、お客様の中には「いろんな既製靴を履いたがやっぱりオーダー靴が良い」と言って 20 年ぶりにオーダーに来る方もいる。このように「足にやさしい靴」に対するニーズが無くなることはない。最近、3D 計測機や CAD で靴型を作成する機械を導入したが、お客様の評判は上々だ。

#### —シューフィッターに伝えたいこと

足と靴の世界は知れば知るほど分からなくなり、売るのが怖くなっていく。木型に携わっていた人間として木型を知らなければフィッティングは難しいと思っているので、履く人も自己責任で購入するということをシューフィッターはお客様にキチンと伝えていかなくてはいけないと思う。そのためにもお客様との会話が最も大切だと考えます。

#### インタビューを終えて…

初めての訪問にも関わらず水野まり子社長やスタッフの皆様にご案内いただきありがとうございました。社長より菊地武男氏との昔話を聞いているうちに、「人にやさしい靴」を作る会社として有名になった理由が分かったような気がした。父が木型を削り、娘が足型モデルという、靴作りで最も大切なポジションの二人が親子であったこと。そして水野まり子氏が女性の標準サイズである 23cm であったことなど様々な幸運が積み重なって今のダイナス製靴様があることを強く感じた。

（インタビュー：原田研究員）



第5回シニア専門コース認定者一覧 (2016年11月1日認定)



氏名	会社名
山下 裕子	そごう・西武 西武筑波店
宇田川 彰朗	ニューバランスジャパン
宮木 良朗	三喜屋靴店
西濱 有美	カワノ
長谷川 倫子	介護老人保健施設すみれ

氏名	会社名
宮木 桂子	三喜屋靴店
安藤 恵子	
當山 愛	メイダイ
伊藤 真紀子	
原 芳久	東急百貨店本店

氏名	会社名
塚田 英美子	コロンプス
石原 珠美	フットバランス
原 和彦	そごう・西武そごう広島店
鈴木 絵美留	センスイミリア
山本 志保	シューマート 新潟南店

**〈受講者の声〉** 受講のきっかけは、昨年からウォーキングシューズ（レディス・メンズ）も担当することになり、高齢の方の接客が増えたことでした。勉強して少しでも接客に役立てたいのと、再度、シューフィッターの勉強をし直したいとの思いからでした。また、自分自身がこれから高齢者になるという理由もありました。講習は、とても良い環境と熱心な講師の先生のご指導、事務局の方のフォロー、積極的に学ぶ姿勢の周りの受講者にも刺激されて、とても充実し、集中した2日間を過ごすことができました。これからは、少しでも高齢者の方に寄り添った接客ができればいいなと思っています。  
(株)そごう西武 西武筑波店 山下 裕子

第17回バッチラー（上級）コース申込み受付中

日程：2017年7月～2018年3月 スクーリング3日間×3回  
会場：東京（7、11、3月）  
受講料：260,000円（税別）

第6回シニア専門コース申込み受付中

日程：2017年10月（予定）2日間  
会場：東京  
受講料：66,000円（税別）

第9回幼児子ども専門コース申込み受付中

日程：2017年12月（予定）2日間  
会場：東京  
受講料：66,000円（税別）

書籍紹介〈陸王〉

「走れ。勝利を、信じて。」足袋作り百年の老舗が、ランニングシューズに挑む。  
老舗足袋業者「こはぜ屋」の四代目社長は、会社存続のために足袋製造の技術を生かしたランニングシューズの開発を思い立つ。従業員20名の地方零細企業が一世一代の大勝負に打って出る！言わずと知れた池井戸潤の最新刊。シューフィッターが登場して大活躍します！取材をしっかりされているらしく、お客様の心に寄り添うシューフィッターとして共感できるシーンも多く読み出すと止まりません。皆様にぜひ読んでいただきたい1冊です。



著者：池井戸潤  
価格：1,836円（税込）  
出版社：集英社  
発売日：2016年7月8日

- ※足や靴に関する講演会、計測会等のシューフィッターとしての活動は事務局までご連絡ください。当会HP「シューフィッター活動報告」に掲載いたします。
- ※勤務先や自宅住所等の変更が生じた時は必ず事務局までご連絡ください。連絡が無い場合はトレデュニオンや補習講座、資格更新の案内等をお届けできなくなることがあります。

ホームページFHA/SFC会員専用パスワード：kmhs7646

○…トレデュニオン…○

“トレデュニオン”は、フランス語です。英語ではHyphen（ハイフン）にあたります。FHA事業理念をもとにFHA会員、SF、SFC会員の相互を密接に結ぶ情報誌という意味で命名しました。

VOL.53（通算88号）2016年12月1日発行  
〈編集・発行〉一般社団法人 足と靴と健康協議会  
〒111-0032 東京都台東区浅草7-1-9  
Tel. (03) 3874-7646 Fax. (03) 3875-0880  
Email fha@tokyo.email.ne.jp URL http://www.fha.gr.jp/  
禁・転載複製

表紙デザイン：株式会社ジャルフィック 池田正晴