

健康は足元から

自分の足のサイズ

本当に知っていますか？

「デザインが素敵だから」「安かったからなんとなく」と足に合わない靴を履き続けていると、外反母趾やむくみ、腰痛やひざ痛、肩こりなど、足だけでなく全身の不調につながるのを「ご存じ」でしょうか。柳ヶ瀬商店街にある靴店「広瀬本店」では、シューフィッターの資格を持つ店主の広瀬頼彦さんが、その人にぴったりの靴選びをサポートしています。

広瀬本店 店長 広瀬頼彦さん



どのようにして、その人にピッタリの靴を探しあてるのでしょうか？

広瀬本店での靴選びサポートの流れを見てみましょう

- 1 足の特徴をチェック
足や指の形、足裏の状態を見て問題点をチェック
- 2 足のサイズを細かく測定
左右の足長、足囲を測定
椅子に座った状態・直立の状態の2パターンを測ります
- 3 足圧測定・重心チェック
コンピューターにより、足裏にかかる圧力や重心バランスを見ます
- 4 試し履き
①〜③で得た足の形状や数値から、適していると思われる靴を実際に履いてみます。歩行バランスのチェックを行い微調整。
必要に応じて、インソールを作るなどします。



計測で得た数値を目安に、店内に所狭しと並ぶ30近いブランドの靴の中から最適な品を選びだすのが広瀬さんの真骨頂。長年の経験と、資格に裏打ちされた確かな知識と技能が生きます。

「足のデータは2,000名分くらいあるんじゃないかな。リピーターさんも多いですよ」

柳ヶ瀬の盛衰とともに

同店は広瀬さんの曾祖父が戦前に岐阜市西野町で竹籠などを扱うかご屋を興したのがはじまりです。やがて履物屋へと姿を変え、履物なら何でも、草履や下駄、ゴム長靴から革靴まで扱うようになりました。戦後には現在の柳ヶ瀬商店街内に移転。現在53歳の広瀬さんは、柳ヶ瀬で生まれ育った生粋の柳ヶ瀬っ子です。

「ものすごい人混みで、迷子もしょっちゅう。高島屋さんが出来てからは、より一層でしたね」

活気溢れる柳ヶ瀬の、一段と人通りの多い劇場通りの繁盛店に生まれ、高校卒業後はごく自然と家業に就きました。ところがその後、郊外型大型店の台頭などにより

柳ヶ瀬商店街は徐々に衰退していくことになりました。「少しずつお客さんの数が減り、売上が落ち…。一番キツかったのはチェーンの靴量販店が出てきた頃です」同業者の間でも業界の先行きを案じる危機意識が高まっています。

足靴のプロフェッショナル「シューフィッター」



「ちょうどその頃シューフィッターという資格が認知され始め、同業の間でも話題に上るようになりました」下駄や草履を履いていた日本人が靴を履くようになったのは戦後のこと。踵をびったりつけジャストサイズで履く、履物と異なる靴の正しい履き方が、日本では広まりませんでした。

「欧米では小さな頃からちゃんとした靴を履かせるのは親の務め」と考えます。子供の足を測り、シューフィッターと親とで靴を決める。キャラクターの可愛らしさで子供自身に選ばせる、「どうせすぐ大きくなるから」と大きめを買う、日本のこうした靴選びは彼らには信じられないこと」

このシューフィッターの資格を地域では他に先んじて取得したことが転機となり「健康は足元から」を前面に打ち出すお店へと転換しました。

「県内ではうちにはしかないブランドもあります。同じ並びに靴屋さんが何軒もあり、高島屋さんもある。差別化していかないとね」

取材中、ひっきりなしにやってくるお客さんたち。その中になんと佐渡ヶ島からのお客様がいらっしやいました。佐渡ヶ島に引越した常連さんの為に特別に靴を送っていたところ、それが島の人達の間で評判となってファンが増え、足の写真やメール・電

話のやり取りで靴を選んでいるそうです。この日はその中のお一人が初めて岐阜を訪れ、実店舗に足を運びました。

「いつも本当に合う靴を送って下さるんです。今日はお店に來られて嬉しい」と、いくつもの靴を試着。

「やっとな本人にお会いできたので、これからはもっとピッタリ合う靴をご提案できるようにします」と、広瀬さんもホッとした様子でした。

足の健康は「トータルサポート」が重要です。

「健康は足元から」。但し、「靴だけで足の健康を全てカバーできるわけではない」と広瀬さんは言います。

「正しい歩き方も大事ですし、糖尿病による足のむくみなど疾患との因果関係も深いです」

広瀬さんは足の健康をトータルでサポートする「足を考える会 岐阜(GIFU)」の創設メンバーの一人。医師や看護師、ウォーキングの専門家、リフレクソロジーなど有志で構成する会の活動テーマは『楽足楽歩』。意味は「足を楽にし、楽しく歩く」。健康フェスタなどで足と健康についての啓発活動を行っています。

「足の計測や靴選びはマンツーマンなので、お客様一人一人に十分に対応するにはお店は今くらいの規模感がちょうど良い。今後は足の健康を広める活動に力を入れていけたらと思います」

全身を支える大切な足。健康の基盤として、そのケアの重要性は今後ますます広まっていくことでしょう。まずは自分にピッタリ合った靴を一足揃えてみることから始めてみませんか？