

オーダーメイドのためのインソールの素材。これらは緩衝材に使われるEVA樹脂と粘度のあるポリウレタン樹脂製。硬さや粘り方を使い分けて、反発性やクッション機能を調整する。カラフルな色は硬度の違いを示す。

足
にまつわる
ウワサの真実

VOL.01

フットクリエイト 代表
櫻井寿美さん

自身の足のトラブルから「足と靴」の仕事に興味を持ち、1996年2月にフットクリエイトを設立。「足と靴」との関わりについての研究を通じ、足元から健康を提唱している。自分の足で歩ける幸せを、多くの人へ伝えることがライフワーク。



私が
お話し
します

専門の職人が、足のデータをスキャナーで測り、CADで設計、ドイツ製最新マシンおよび手作業で、足の状態に合わせて成形する。年に一度のチェックは無料、アフターケアも万全だ。



足にいいと評判のインソール(中敷)。 でも10万円から100円と値段がいろいろなのはなぜ？ いいインソールの見分け方を教えてください！

インソールは今、価格も含めていろいろな種類が出回っています。ひと口にインソールと言いますが、目的によって形も中身もまったく違うのをご存じでしょうか？

そもそもインソールとは靴メーカーの業界用語で、靴底のパーツのうち、地面に接する面を「アウトソール(靴底)」、足に接する面「インソール(中底)」と呼びます。

さて100円〜2千円程度のものは「中敷」と呼んでインソールとは区別しましょう。既製品(レディーメイド)の中敷は、防寒や消臭用、内側の汚れを隠すためといった、見映えや機能をプラスすることが主な目的です。

これに対して、オーダーメイドのインソールは、考え方のものが違います。靴の中底を、一人ひとりの足に合うようにカスタマイズして、「足と靴をフィットさせる」。そうすることで、歩く力やバランス力に必要な「足の骨格を整える」。これがインソールの目的です。

扁平足や外反母趾、タコやウオノメ、O脚、X脚などの悩みはありませんか？ そうしたトラブルは、足の骨格のゆがみから生じることが多いものです。ゆがみが進むと、足が痛くなり、歩くことさえ億劫になる。実は私自身、20数年前に足が痛くて歩けない時期がありました。そんなときにドイツのインソールと出会い、足の特徴を補う大切さを知ったのです。流行の靴はどこでも買えま



フットクリエイト

京都市下京区間之町通上珠数屋町下打越町318
☎ 075-365-3748 / 10時~18時(予約の場合~20時) / 定休日:月、祝(日曜日は要予約) /
www.footcreate.com



最寄りバス停は「烏丸六条」

すが、快適に歩ける靴と出会うのはなかなか難しい。その悩みを解消するのがインソールなのです。

扱い始めた当時は、すべて手作業で、価格も1組で3万8千円でした。その後、随所に機械化をとりいれて効率化を進めたため、今は1組2万〜2万8千円でお作りしています。

10万円のインソールですか!? 実際に見ていないので判断はできませんが、一つの判断基準として、足に対してどのような作用を考えて設計されているのか、納得いく説明があるかどうか。また、足への適合性を考えると、販売後のケアや調整も大事です。実店舗で、いつでも対応してもらえる体制かどうかも重要なポイントですね。

靴は身体バランスにダイレクトに影響します。医者の診断では異常はないのに、頭が痛い、腰がだるいなどの症状があれば、もしかしたら靴のせいかもしれません。ぜひ気軽ににご相談ください。