

## 足育講演会で一番多かった浮き指！正面から見ないと気付かない重要なところ！

30年前の子供たちの浮き指は全体の5%程だったのに対して、今の子どもたちは全体の95%以上が足指の浮き指になってしまっています。

緊急事態

近年の子供たちの環境の変化が原因です。車社会による歩行不足。昔はなかった足指を变形させてしまう悪靴。どうせ大きくなるからと履かせる大きすぎる靴などが足指の力をつけることができなくなる浮き指となります。



指が地面に当たっているように見えますが、靴の影響により足指の力が弱く足指前に倒れがうつらない状態



足圧計測器でチェックしよう！

### 浮き指になると

お母さん・お父さんが子どものころになかったようなおしやれな靴がたくさん出回っていますが、足と靴がデザイン重視の足に悪い靴。親の靴選びが子どもの将来に影響するので靴選びは重要です。

**対策 履きポイント**  
正しい靴選びと履き方  
足育体操で足指の力を上げよう！



先天的な浮き指

10か月後

適切な改善中！

足にふんばりがきて、運動能力アップ！



浮き指の子どもの

改善後

浮き指により姿勢がくずれている子どもを原因を改善した結果



## 当店オリジナル 足育手帳をつくりました！ 足育の知識がつく情報を満載！

全24ページ  
情報満載

### 足育子ども手帳



子どもの足に合った履き方を学びましょう！

名前 年齢 性別

住所 〒 市町村 番地

聞きたくてもどこでも教えてくれない、わからない足と靴の情報をたくさん盛り込んでいます。オリンピック選手やプロスポーツ選手、モデルなどになりたいお父さん。また、健康で元気な子どもに育ってほしいという願望をお持ちのお母さん、お父さんはぜひ読んで実行してみてください。「満足」とは、足を満たすこと！ 足の歪みは全身の歪みです。

イ◯ロー選手みたいにお父さんが足もみ士で足と靴の知識があり、子どもを育てると土台がしっかりした大人になれます。子どもの将来の才能を開花させるためにも足育を取り組みましょう！！

足育手帳は足育講演会に参加した方に無料で配布しています。詳しくはお電話ください。



読むことから足育がわかります。



定期的に足の大きさを測りましょう！

### 幼児子どもシューフィッターのいる店

### 足指と靴の健康専門店

## 靴のやまごん



**船内橋本店**  
〒105-8345 東京都港区船内橋3-3-1  
TEL 0254-44-7733  
10時～19時

**村上プラザ店**  
〒105-8345 東京都港区村上200  
TEL 0254-60-1106  
10時～20時

## INFORMATION

### 講演会 & 個別足育診断会を開催

◎9月7日(月)  
アートフルおにぎりカフェ  
場所/新潟市西区小針3-26-19  
TEL 025-378-8284

◎9月15日(火)  
長岡市まるごと生活情報館  
場所/長岡市富多町386  
TEL 090-5587-3792  
担当:櫻園

※詳しくは、それぞれの開催場所にお問い合わせください

### 日報住まいのリフォームフェア出展

8月29日(土)・30日(日)  
新潟市産業振興センター  
新潟市中央区健木185-10  
時間/10:00~17:00(入場無料)  
無料足型診断開催！

子どもからお年寄りまで足の状態(土台)をチェックしてみよう！足が変われば人生が変わる！

## 無料足圧測定実施

in 万代ファミリーフェスタ2015

当日はたくさんの方にきていただきました



6月21日(日)新潟市中央区の万代シティで行われたイベントにて、無料足型測定を開催しました！子どもの足をメインに1人ずつ計測を行い、実際に足指を見ながら健康な足になるためのアドバイス・正しい靴選びについてのお話をしました。

### 当日の様子



### 1 フットルック足圧計測器にのる



このように足指が簡単に映し出されます

### 2 子どもの足の特徴を知る



### 3 結果をみて、本来の健康な足になるためのアドバイス



足の状態をみてなにかトラブルが出ていないかチェック！ママ・パパ・子ども本人が気づかないうちに足に悪影響が蓄積していることもあります。



正しい足のサイズを測ることはとても大切です！実際の足のサイズと靴が合うと足が変形する原因になってしまいます。



足育についてのお話をみなさん真剣に聞いてくれました。

当日はたくさんの方に参加いただきました。みなさんありがとうございました。

# 足育

～ASHIIKU～への招待状

お父さん、お母さん、子どもの足をしっかり見てあげたことありますか？

食育という言葉は広く定着してきましたが「足育」という言葉があることを、みなさんご存知ですか？足は全身を支える土台であり、身体全体の健康に大きな影響を与えています。足育とは、足、足の指・爪、さらに靴の選び方・履き方を含め正しい知識を得て、理想的な足を育てることをいいます。人生80年の中で一番大切な時期が3～7歳です。この時期に足育できた子どもたちが将来元気に活躍できるといえます。



足と靴の専門家 足育マイスター  
**山田 宏大**さん  
靴のやまごん新潟南店長。上級シューフィッター、幼児子どもシューフィッター、健康フォーキング指導士、カイロプラクティック整体、足爪矯正士、関節神経免疫療法など数々の資格を持つ。足から健康を考える健康活動のため、各地で講演活動などを行う。