

【定休日】毎週水曜日【営業時間】10時～19時



VOL.24 2020年3月10日

[ホームページ]は



メールは



くつよい  
カインド 9241 通信

発行：(有)カインド 〒395-0041 飯田市中心通り 3-14

配達ご苦労様です。

カインド  
Kaindo & Co., Ltd.

料金後納郵便

飯田支店

靴の配達カインドにやらせて下さい。



営業時間：10：00～19：00

定休日：毎週水曜日



# マスターシューフィッターへの道

No.4



昨年の11月にあった3回目のスク

ーリングの課題、内容がめちゃくちゃ

濃くて、改めて足と靴を合わせること

の難しさを痛感しました。締め切りの

1月15日ぎりぎりに提出できました。

足に靴を合わせること(シューフィッティング)には、いくら勉強してもゴールがないんです。少なくとも靴の中でつま先に10～15mmの余裕(捨て寸)が必要なことは、もちろんなんですが、今勉強中なのは、

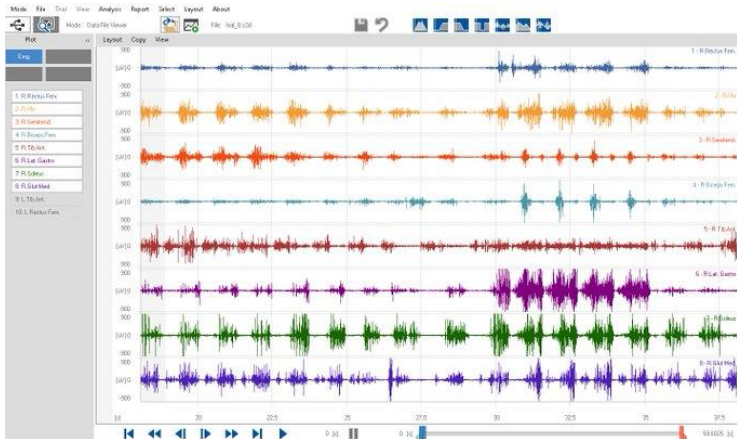
「ふまず長」を合わせることなんです。簡単に言えば、足の曲がる部分と靴の曲がる部分を合わせることなんです。これが結構難しいんです。でも、その部分がバッチリ合うと、格段に履き心地が良くなります。足と靴が一体になるって感じですね。当然、足に合わせる靴は既製品ですので、合わないことが当たり前なんです。今回の課題は、男女一各ずつ実際にフィッティングして、ふまず長を合わせる前と合わせた後の歩き方の変化を見たり、履き心地が変わった部分を確認したりしてレポートしました。ふまず長が合うと快適になることが確認できました。

P2につづく



# マスターシューフィッターへの道 No.5

2月18日から20日まで、第4回目のスクーリングに行ってきました。今回は、歩くときに足の筋肉をどのように使って歩くのかを、筋電計等を用いて筑波大学の先生に解説していただきました。歩き方で使う筋肉がまるっきり変わることもわかりました。正しい歩き方をしないと、本来働くべき筋肉が働かないで、それをカバーする筋肉が働かざるを得なくなり、結果、その筋肉が頑張りが過ぎて傷めてしまうこともあるようです。正しい歩き姿勢が重要なことがよく解りました。又、靴の中にセンサーを入れて、歩く際の体重移動の仕方も計測しました。結果についての検証は次回行こなうので、それも楽しみです。



「そらさんぽ」で、はいポーズ！！



電車と紅葉と「そらさんぽ」

## 「そらさんぽ」行ってきたよ！

2019年11月のウォーキングウェーブの例会で、開通したばかりの「そらさんぽ」行ってきたよ。早朝だったので、霧が出ていて見晴らしはいまいちだったけど、飯田の新しい名所だ。橋の上からは、天竜川と、飯田線が手に取るように見えて、絶景！！舟下りのシーズンになったら、舟下り

と電車に会えたら最高だと思う。この日は、紅葉も見ながら久しぶりに渡った吊り橋「つつじ橋」。結構揺れた。飯田の街からすぐ近くに見ごたえのある所が出来たので、これから春の桜の時期も楽しみになった。そして、飯田線も利用して、天竜峡を楽しむ楽しみも増えた。さくらウォークは「そらさんぽ」へ来るかな！？

# カインドのおすすめするインソールは、 貴方だけのどこにもないインソールなんです！



最近になって、靴の中敷き(インソール)の重要性が、だんだんご理解いただけるようになってきたと感じています。私たちにとっても、すごくうれしいことです。

私個人は、シューフィッターとして中敷きの重要性は既に20年以上前から気づいていたので、ことあるごとにお客様にもお伝えしてきたつもりです。私たちからのお伝えの仕方が悪かったこともあり、なかなかご理解いただけなかったのが現状なんです。

数年前より、1か月に一度、埼玉県から中敷きの専門家に来ていただき、予約制で相談会をしています。私もそれなりに中敷き(インソール)の勉強を続ける中で、ますます中敷き(インソール)の重要性を痛感するようになってきました。世の中には、いろいろな中敷き(インソール)がありますが、この専門家の方の中敷きは、まさに**本物のインソール**だと思っています。

それは・・・

- お一人お一人の**身体の使い方**や、**トラブル**を細かく**チェック**させていただきます。
- その方にとって**理想の姿勢**になるような**インソール**を創ります。
- 使っていると、**足の状態**や**姿勢**が変わるのでその都度**調整**します。
- あなただけの世界**で**たった一つの中敷き(インソール)**が出来ます。

4月の「中敷き相談会」は、**4月23日(木)**です。

<世界で一つだけの自分の中敷き(インソール)相談会についてのお問い合わせはこちらです。>

**0265-23-9241** まで、お気軽にお電話ください。