

専用駐車場情報



ポイントに関する重要なお知らせ！！

2019年2月1日より新しいポイントシステムに移行しました。つきましては、従来のポイントを還元させていただきたいと思っております。

では、どうするのか

従来のポイントは、1点100円で次回のお買い物の際にお使いください。

(ご使用期限は、2021年12月30日までです。)

ご使用期限を過ぎた場合には、従来のポイントは無効となりますので、ご注意ください！！

●急な都合で、休みが変更になることもございます。最新情報は、HP (<https://www.kind-iida.net/>) でご確認ください。

○印: 休みをいけます。

10月・11月・12月の営業のご案内

○印: スクーリング休業日

○印: イベント開催日

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

【2021年11月】

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

【2021年12月】

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	



「臼井川秘境」へ行ってきました。



今年の夏は、久しぶりに、ウォーキング仲間と「臼井川秘境」へ行ってきました。

「臼井川秘境」ってどこ?とお思いの方も多いかと思います。実は、竜丘にあるんです。近くにこんな溪谷があることを、数年前に知りました。

訪れたのは、7月でしたので、木陰をウォーキングするので、涼しく楽しく歩いてきました。途中、小さな滝もあったり、鶯の鳴き声があったりで、結構楽しめるコースです。歩く距離は2km程度なので、初心者でも比較的気軽に行ける場所です。足元は、湧水が出ていたり、草も茂っているところがあるので、靴はトレッキングシューズ

ズ等の水の入らないものがおススメです。訪れるのなら、季節は、やはり夏がおススメですね。

ちょっと足を伸ばすと、近くには、竜丘の古墳群もあるので、古墳群巡りもいいですよ。



くつよい カインド 9241 通信

[ホームページ]は



発行：(有)カインド 〒395-0041 飯田市中央通り 3-14

シューフィッターの出前します。



営業時間：10:00~18:00
定休日：毎週水曜日

今、マスターコースに挑戦しています。



カインドでは、経験豊富な私たちがご相談のっています。

足って、ますます奥が深い〜〜〜！！



今、毎月オンラインで足の勉強中！知れば知るほど人間の足って奥が深く、あのダ・ヴィンチに「足は、人間工学上の傑作であり、最高の芸術作品である」とまで言わしめたんです。

私たちは、二本の足で歩いたり、走ったりできることを、当たり前だと思っていないませんか？考えれば考えるほど、不思議です。体重 50 kg~70 kg程度の身体。わずか、長さ 22.0cm~27.0cm、幅 10.0cm程度のたった二本の足で歩き、走ることが出来るんです。それは、片足 26 本の骨と、その構造が重要な役割をしているんです。着地する時は、体重を受け止める為に、足は、少し柔らかくなり、次の瞬間には、身体を前に進めるために足は硬くならなければならないんです。それをオートマチックに行ってくれているんです。それが、少しでも機能が狂ったりしてトラブルが起きて、普通に歩けなくなってしまった、その時、やっと気づくんですね、足のありがたさに！！



足の骨格や体重のかかり方等を確認する為、フットプリントを採ります。



フットプリントです。

スニーカー(ウォーキングシューズ)を靴屋で買うメリット！



足の健康と靴を考える店

カインド おススメのスニーカー

Amenity & Comfort

ウェーブ リポルト 2 WDE
ブラック/ブラック/ピンク

¥9,350(税込)



今、コロナ禍で、運動不足解消のためにおすすめなのは、ウォーキング。密になりにくく、しかも一人でも、気軽に始められる有酸素運動です。それには、足と履く目的に合った靴選びが重要です。

ウォーキングで大事なこと

● 足に合った靴(スニーカー(ウォーキングシューズ))選び

そのために、靴屋(カインド)では…

お一人お一人の足を採寸し、足の特徴を確認します。

● 目的に合った靴(スニーカー(ウォーキングシューズ))選び

そのために、靴屋(カインド)では…

履く目的や履く場所等をお聞きします。

● 靴(スニーカー(ウォーキングシューズ))を足に合わせる微調整

足は 100 人 100 様、靴は既製品⇒足に合わないのが普通



シューフィッターが、お一人お一人の足に合わせ、微調整します。

必要ならば、貴方だけのインソールも作成します。

● 履いた後のメンテナンス

靴は履いていると、変化します、足も運動することで変化します。



変わった足に合うよう靴を、さらに微調整・修理をします。

只今、「予約優先制」にさせていただいておりますので、ご来店の際

には、できましたらご予約いただけますと助かります。

ウェーブ リポルト 2 WDE
グレー/シルバー/パープル

¥9,350(税込)



ウェーブ ライダー 25
ブラック/ブルー/グレー

¥14,850(税込)



ウェーブ ライダー 25
ホワイト/ブラック/シルバー

¥14,850(税込)



WP255S
ブラック/ブラック

¥26,400(税込)



WP258T
コーヒー/P

¥24,200(税込)



「エシカル」ってなに？

買い物をする際に「安さ」だけではない選択を。
 配慮と思いやりのある消費活動を選択すること。

- 例えば・・・
- ・フェアトレードや支援施設の製品を選ぶ
 - ・体に良いという視点で食品を選ぶ。
 - ・地元の農産物や商店を利用する。
 - ・使い捨ての物より長く使える製品を選ぶ。
 - ・リサイクル素材やリユース品を利用する。
 - ・CO2排出量の少ない移動方法を選ぶ。

カインド は、
 ココで、
 協力してま〜す！



<SDGs ってなに？>

「世界中の誰一人として取り残さない (Leave no one behind)」ことを誓って、
 2015年9月の国連サミットで採択されたのが「SDGs(持続可能な開発目標)」と呼ばれる17の目標です。

今は、買い物用のポリ袋が有料化されましたが、カインドでは2009年から、有料化をしてきました。それは、マイクロプラスチックの問題を知ったからです。海なし県の長野県ですが、川に捨てたポリ袋がやがて海でマイクロプラスチックになるんです。だから、まず川をポリ袋で汚さないことを願い有料化しました。又、本当にいい靴だけを提供することで、長く使っていただければごみの削減にもつながります。そんな思いがあるので、「エシカル」に、積極的に賛同しています。

カインド は、
 ココに
 載ってま〜す！

南信州クリエーション株式会社

とよおかの慶次さん
フーズ・シムルーツ

新食感冷凍フルーツを
召し上がり

最新の急速冷凍技術で凍らせた国産のフルーツです。そのまま食べても、スムージーやドリンクに入れても楽しめます。冷凍することで廃棄を少なくし、フードロス対策に貢献しています。

TEL: 0265-23-9241

エシカルな取り組みを行う エシカルマルシェ参加店の紹介

※右上の数字はSDGs17の目標への取り組みを示しています。

※加店舗でバナーやフリーのブックマークをプレゼントします！

SDGs 17の目標

- 1 貧困なくそう
- 2 飢餓をゼロに
- 3 すべての人に健康と福祉を
- 4 質の高い教育をみんなに
- 5 エネルギーをみんなにそしてクリーンに
- 6 安全な水とトイレを世界中に
- 7 産業と技術革新の基盤をつくろう
- 8 働きがいも経済成長も
- 9 住み続けられるまちづくりを
- 10 人や国の不平等をなくそう
- 11 気候変動に具体的な対策を
- 12 つくる責任つかう責任
- 13 海の豊かさを守ろう
- 14 海の豊かさを守ろう
- 15 陸の豊かさも守ろう
- 16 平和と公正をすべての人に
- 17 パートナーシップで目標を達成しよう

waratte cafe

フェアトレード
オーガニック珈琲

ここからかたが
やさしいwaratte cafe

毎月第4水曜日オープンの「waratte cafe」を、実店舗でオンラインで、スマホアプリでも、クラウドファンディングの活動の場として、活動の場を広げたい活動です。

TEL: 090-8676-5619

ツリーライフサポート株式会社

ツリーライミング、クラブ With

ツリーライミング、体験会

ツリーライミング、で樹上の世界へ!

ツリーライミング、は自然とつながる楽しさ、森を歩くアツクアツク、季節のロープワークを体験できるイベントです。樹の幹にジャンプして楽しむことができます。

TEL: 0265-53-5980

エシカルショップ でてくてく

環境雑貨、有機野菜、
フェアトレード商品等

オーガニック、フェアトレード、自然素材

オーガニックな食べ物、質の良い洋服の素材、自然素材の生活雑貨、質をよさくアツクアツクな商品などを取り扱う人が増えています。かながら心から心で買いたいアイテムを売りたい、そんな思いでエシカルショップを立ち上げました。

TEL: 0265-53-7000

贈りものハリカ

贈り物がつくる、
人のつながり

贈りもの、お返しものに関する悩みを解決します。贈り物と関わりが深い「贈り物」の使い方と活用方法を普及することで、贈り物の負担を軽減する取組を行っています。

TEL: 0265-22-2014

環境雑貨製造販売 寝具の金山

くっすり眠れて
スッキリ起きる寝具

くっすり眠れて
スッキリ起きる寝具

くっすり眠れてスッキリ起きる寝具が、そのいい睡眠をとるためのポイントです。そのいい睡眠をとるためのポイントです。そのいい睡眠をとるためのポイントです。

TEL: 0265-48-5320

ハナササザ

エシカルなクラフト教室

エシカルなクラフト教室

エシカルなクラフト教室

エシカルなクラフト教室

TEL: 090-4132-9946

自転車と自然体験の館 ペダルテラス

E-Bikeの試乗体験
(500円/30分)

自転車ライフで
エコを楽しく

自転車での大人気な体験が、ぜひという思いでペダルテラスの仲間とE-Bikeのレンタルを行っています。予約での体験がFacebookでご覧の上、ご予約ください。

TEL: 080-6937-8884

とよおか旅時間

ボタニクスサイクルベース
500円/30分

E-BIKEの試乗体験
(500円/30分)

E-BIKEで自然の中で
遊びませんか?

遊べる自転車はみんなの心を癒やしてくれるアイテムです。また、電動アシストがついた自転車は、初心者にもおすすめです。乗る楽しさを伝えるために、E-BIKEの試乗体験を開催しています。

TEL: 0265-49-3398

生活クラブ長野 (飯田支部)

安心安全な食から
豊かな生活を！

生活クラブ

生活クラブ

生活クラブ

生活クラブ

TEL: 0265-98-9822

ミズホ園機株式会社 飯田営業所

生分産性チェーン

REFINEとオイルでカッコよく、
グリーンに山仕事をしよう!

環境が山に対して何が出来るかを考えたい。山を歩きたいアイテムの提供をしてほしい。と考えました。また、レザーブランドRefineを立ち上げ、道具を使い続けるのではなく、さらに愛着をもって使ってほしいという思いを込めて立ち上げました。

TEL: 0265-48-5320

人と農の交差点

無農薬栽培のお米、野菜、草花のリース、
無農薬米と日本の茶、甘酒

持続可能な農業の
普及を目指して

自家産の無農薬栽培のお米、野菜や果物を採れたての日本産を販売しています。また、レザーブランドRefineを立ち上げ、道具を使い続けるのではなく、さらに愛着をもって使ってほしいという思いを込めて立ち上げました。

TEL: 090-3440-1700

株式会社 七久庵農園

地元野菜で
エコライフ

地元野菜でエコライフ

地元野菜でエコライフ

地元野菜でエコライフ

TEL: 0265-48-0688

生活クラブ長野 (飯田支部)

安心安全な食から
豊かな生活を！

生活クラブ

生活クラブ

生活クラブ

生活クラブ

TEL: 0265-98-9822