

歩ける楽しさが健康につながる

第二の心臓を活かす靴。

それが「ラフフィット」!!

現代人は昔の人比べて
歩く量が減っています。

スマイル…本日は、それぞれの専門家の皆様に第二の心臓と呼ばれる足にまつわるお話をお伺いしたいと思います。

教授…大学で専門としている運動生理学の観点から見ても、歩くことは生活習慣病の改善や日々の体力維持につながるもので、人間の基本的な動作の歩くということに欠かせない靴の正しい選び方が重要だと考えられます。例えば、長距離を歩くのに最適なのは「わらじ」の形なんですよ。親指と人差し指の間が分かれた「わらじ」は足の指が自由に動かせるので足にとって負担が少ないのです。そのスタイルに最も近いものが岡本製甲さんで作られている「ラフフィット」ではないかと思えます。長時間履いていても疲れにくく、軽くて歩きやすい靴はまさに現代の「わらじ」と言えるのではないのでしょうか。

岡本…我々は製靴業として、メジャーリーグやプロ野球選手用シューズ、一般の方のウォーキングシューズを製作して行く上で、歩くときの足への負担や、動きやすさなど、足本来のもっている機能を最大限に引き出す靴づくりを目指しています。教授のお話に出た「ラフフィット」の誕生のきっかけは高校野球部指導員の「素足に近い感覚の



シューズが欲しい」との声にこたえて始めました。足の動きや間隔等あらゆる足のデータを検証し、歩行訓練を重ね、実用化へ向けて岡山大学スポーツ教育センター、中山靴店との共同開発により、改良を繰り返すことで「足に良い足袋型シューズ ラフフィット」の完成にいたしました。靴先が割れているユニークな形は、指の自由度が高く、踏み出しからふんばり、蹴りだしといった歩行時のバランスを科学的に考え、実現したものです。また、スパイクのついたゴルフ用ラフフィットもあり、ゴルフ時のスイングの安定感や疲れを考えたものなど、場所や運動別に履ける靴の開発もしています。

中山…歩くには、履き良い靴の存在が大きいです。実際に靴をつくり、直接お客さまに販売する中で、足にトラブルをかかえている方が多く、足の計測や中敷きを作成する上でも、足の指が使えていない方が多いと感じます。お客さまの状態や全身のバランス・腰の負担等を考えて、お店でも「ラフフィット」を取扱い、お客さまにおすすめしています。

外反母趾の方にも

ぜひ、ご使用ください。

スマイル…足のトラブルで多い外反母趾についてお聞かせください。

中山…先ほども言いましたが、岡山に二号店を出店して色々な方の足を見てきましたが、外反母趾の方や予備軍の女性の方が

歩くことは人間としての基本!!
まずは、靴選びから始めましょう。

岡山大学 スポーツ教育センター
鈴木 久雄 教授

profile

昭和55年日本体育大学大学院修士課程体育研究科修了。岡山大学医学部で博士(医学)学位取得。岡山大学医学部で博士(医学)学位取得。岡山大学教育学部助教授を経て、平成19年より現職。専門は運動生理学・スポーツ医学。



ラフィット Lafeet

- ソフトで軽量、疲れにくい
- 心地よい足指の開放感
- 通気性がよく、むれない
- 脱ぎ履きが容易なファスナー付き
- 性別・服装を問わないシンプルなデザイン
- 外反母趾にやさしいシューズ

素材・甲材 / 天然皮革・合成ゴム、EVA
サイズ / 22.0cm~27.5cm
カラー / ブラック・ブラウン



岡本製甲株式会社

岡山県倉敷市茶屋町1988-12

ご注文・商品の詳しい情報は

岡本製甲 検索

TEL.086-428-0197

(月~金9:00~17:00)

ラフィット取扱店

中山靴店

エイコースポーツ

OSKスポーツクラブ岡山

足型をとって作る
オーダー中敷き。
ラフィット用も
お作りいたします。

約30分で
完成!!
14,700円(税込)

←中山靴店の情報はオリコミのテイスティング
ページへをご覧ください。



中山靴店

ゲゼレ(整形外科靴職人)

中山 憲太郎

profile

メキシコ・クエルナ
バカ市の靴工房に
て靴作り修行をす
る。日本帰国後、再
度靴作りの学校で
修行。2007年にド
イツ国家資格である
整形外科職人「ゲゼ
レ」を取得。

非常に多いと感じます。原因のひとつとして、デザイン性で靴を買ってしまい、実際に自分の足に合っていないまま履き続けることで、足のトラブルで多いと言われる外反母趾になりやすのではないのでしょうか。

岡本・外反母趾の話ですが、外反母趾の方からラフィットを履いて「つま先立ちができるようになった。痛みがなくなって歩きやすくなった」との声をいただいています。また、元マラソン選手の中佐礼子さんも自分自身が外反母趾で悩まれており、現在ではラフィットを愛用して頂いております。足の指を自由に使えることで、外反母趾の症状の緩和に繋がるのだと思います。

教授・そうですね。足袋型シューズの形状が親指と他の指が分かれている構造になっているため、親指が内向きに行かず、しかも体重がヒールの高い靴のように足先に集中しにくいことだと思えます。その特性から、外反母趾を予防したり、進行を抑制する効果が期待されていますが、この点に関しては引き続き岡本製甲と研究を進めています。

子どもの頃から、
正しい靴選びをしましょう。

スマイル・今後の靴づくりについてお聞かせください。

中山・現在、子どもたちの足に興味がありますね。幼児子ども専門シューフィッターの資格を取得したので、これからの子どもたちに役立てればと思います。

教授・最近の子どもの足の指が使えていないという現象は確かにあると思います。外でかけまわることが少なくなり、扁平足にもなりやすくなっているのではないのでしょうか。子どもたちの足について考えることは大変期待がもてますね。

岡本・そうですね。未来をつくる子どもたちの靴のあり方にも着目した子ども用ラフィットを完成させたいですね。足の力をつけて、しっかり地面を踏みしめることができる靴づくりを今までと同様に鈴木教授と中山さんの協力のもと進めていきたいと思っています。この岡山から全国の子どもたちや世界中の方々へぜひ進化し続けるラフィットを履いてもらいたいですね。

実際に履いて、
体感してみてください。

スマイル・鈴木教授や岡本さん、中山さんの靴への情熱や考えをお聞きして、実際に「ラフィット」を履いてみました。驚きの軽さとフィット感、履きやすさは抜群に良く感じました。足袋型のつま先に指を入れると5本の指が自由に動かせることができ、歩きやすくなると思います。ぜひ「ラフィット」の履き心地を読者の皆様にも体感していただきたいです。お近くの取扱店や、3月13・14日の瀬戸内倉敷ツーデーマーチのブースにて岡本製甲さんの展示販売がありますので、お確かめください。

平成22年3月13・14日開催の

瀬戸内倉敷ツーデーマーチにて

ラフィット試履き

即売します。

岡本製甲株式会社

岡本 陽一

profile

創業50年のシューズ製造会社で靴の有り方を学ぶ。国内工場での靴の製造に従事し海外のシューズ生産管理、足袋型シューズ企画・開発責任者および岡山大学との共同開発責任者を兼任。シューズが人体に及ぼす影響を独学で学ぶ。

ゲゼレ