

第18回日本靴医学学会学術集会が9月24、25日に愛媛県の松山市総合コミュニティセンターで開かれた。特別講演は大久保衛・びわこ成蹊スポーツ大学教授による「理想の靴を求めて」と寺本司・長野友愛病院副院長による「靴と歩行分析」。ランチョンセミナーは内田俊彦・NPO法人オーソティックソサエティー理事長による「下肢障害に対する足底挿板療法」が企画され、一般演題も36と盛況だった。特別企画や市民公開講座を担当し、同会の事務局長も務める井口傑・慶應義塾大学講師に、子どもと靴についての最新知見を聞いた。

子どもの靴のチェックポイント

●指先からつま先まで、ゆとりがあるか
靴を履いて立った状態で、つま先を押すと、指と靴の間にゆとりがあるかを確かめる。または、足を靴のつま先まで入れ、かかとに子どもの指が1本分入るかどうかを確かめる。

●高さと幅が合っているか
指が靴の中で自由に動く程度の、高さと幅に余裕がない靴を履いていると、履いているうちにもつま先部分に穴があくことがある。

●高さと幅が合っているか

指が靴の中で自由に動く程度の、高さと幅が必要。高さと幅に余裕がない靴を履いていると、履いているうちにつま先部分に穴があくことがある。

●足と靴の曲がる位置が同じか
歩くときに、足は指の付け根の部分で曲がる(踏み返し)、踏み返しのときに、靴の曲がる位置と、足の曲がる位置が同じかどうかを確かめる。

●大きさが合っているか
靴の履き口の形、横幅が、足に合ったものを選ぶ。実際に靴を履いて歩かせてみて、かかとがバカバカしていないかどうか、かかとが浮いていないかどうかを確かめる。

●足と靴の曲がる位置が同じか
歩くときに、足は指の付け根の部分で曲がる(踏み返し)、踏み返しのときに、靴の曲がる位置と、足の曲がる位置が同じかどうかを確かめる。

土踏まずのアーチが形成されていない「扁平足」、足の指が地面から浮いてしまって「浮き指」、足の親指の付け根が曲がってしまう「外反母趾」。そんな弱い足を持つた子どもが急増しているといふ。

「10年ほど前の幼稚園での調査では、土踏まずができていない子どもが約20%もいました。最近の調査では、約40%の子どもに土踏

ますがないという報告もあります。浮き指の子どもも多々見られ、運動能力も下する一方です

土踏まずのアーチが形成されていない「扁平足」、足の指が地面から浮いてしまって「浮き指」、足の親指の付け根が曲がってしまう「外反母趾」。そんな弱い足を持つた子どもが急増しているといふ。

「10年ほど前の幼稚園での調査では、土踏まずができていない子どもが約20%もいました。最近の調査では、約40%の子どもに土踏

ますがないという報告もあります。浮き指の子どもも多々見られ、運動能力も下する一方です

土踏まずは、二足歩行する人間だけが持つ機能。人間の足の裏にある縦と横の両方向にあるアーチのこと

で、長時間立ったり歩いたり、跳躍したりするときには、安定感を与える衝撃をやわらげるために骨格によ形作られたのだ。

「赤ちゃんにこのアーチはなく、形成時期は歩き始

めからありました。足の成長とともに急増していることを

佐藤 雅人副病院長

埼玉県立小児医療センター

が一因かもしれない」と佐藤氏は指摘する。

土踏まずは、二足歩行する人間だけが持つ機能。人間の足の裏にある縦と横の両方向にあるアーチのこと

で、長時間立ったり歩いたり、跳躍したりするときには、安定感を与える衝撃をやわらげるために骨格によ形作られたのだ。

「赤ちゃんにこのアーチはなく、形成時期は歩き始

めからありました。足の成長とともに急増していることを

佐藤氏は、「ある中学校の全校児童生徒の外反母趾傾向の調査を実施。昨年の調

査結果と10年前とを比較して、外反母趾の割合が男女ともに急増していることを

第18回日本靴医学学会 学術集会からの報告

慶應義塾大学医学部
整形外科井口傑講師
(日本靴医学学会事務局長)



今大会の演題の中で子どもに関するものとしては、NPO法人の内田俊彦氏による「幼稚園児の足型計測」がある。

成長期における継続的な足型計測は、これまで課題とされてきたが、当初の対象グループを約10年

の長さにわたり追跡するの

足型計測は不可欠です。本来

型計測は不可欠です。本来

（自宅）と3種類のフェイズを持つことになる。こ

の現状を、欧米の規格でく

くつてしまつてよいのか、

子どもの靴については、

「子どもの靴の規格は、

70～80年代のデータを基準

にしたまま変わらず、国民

家では脱ぐ、という文化を

持つ。就学すれば、靴（通

学）→上履き（校内）→裸足

「子どもの靴の規格は、

日本は、外では靴を履き、

靴を老若男女問わず求め

させ足裏を鍛えた方がいい

のか、学会内でも結論の出

ない議論が続いている。

日本は、外では靴を履き、

靴を老若男女問わず求め

するような傾向にも疑問を呈

する声がある。

正しい子どもの靴選びに

う疑問もあるという。

「健やかな成長を促す靴の靴を、ということに尽きるようだ。高価な輸入品だからと大き目を買って少しでも長く履かせようとする。靴を老若男女問わず求めた靴を、これは正しい靴選びの方法と共に、私ども

の学会が率先して、業界・

保護者に啓発せねばならない問題だと思います」

正しい靴選びについては

日本靴医学会HPを参照す

る。<http://www.kitsugaku.com/>

また、オリンピックの金

合わすのも望ましくない。

子どもの靴が大人と同様の

ジャストサイズの靴選びを 欧米の基準 直輸入に「？」も

メダリストがレースで履いて、5mm刻みでは、身長比から

感覚に相当するのではないか

う疑問もあるという。

「健やかな成長を促す靴

の靴を、これは正しい靴

「若年者外反母趾傾向の調査－10年前との比較」から

氏による10年前との比較調査

結果と10年前とを比較し

て、外反母趾の割合が男女

ともに急増していることを

明瞭化にした。

男子の外反母趾增加傾向

10~19° 20~29° 30°~

45.1% 50.8% 54.6%

62.5% 63.1% 58.5%

64.1% 64.8% 61.7%

66.6% 67.0% 67.0%

15.4% 13.4% 13.8%

0.0% 0.7% 2.0%

14.5% 13.8% 13.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%

1.0% 1.0% 1.0%