

靴外来・百貨店のシュー 足の痛みに悩む 働き女子が挑戦！

深刻な靴悩みの人には
靴外来

両国あしのクリニック靴外来で
奥田美佐子医師に診てもらい、
インソールを作成した。



**M.S.さん(31歳)
が体験！**

オシャレはガマン！
パンプスは痛いのが
当たり前だと思っていたけれど、足裏
のタコ、足指の付け根やかかどにでき
たボコッとした出っ張りが最近気にな
り始めた。



1 医師の診断

問診や触診で痛みやしびれ、タコ
やウオノメ、爪の状態、足の変形
箇所を細かく診察していく。足裏が
映る鏡つきの台に乗ると、荷重時
の足裏の様子も調べられる。



足裏が丸見え！ 足指の付け根近くと
かかどとで全体重を支えている

2 レントゲン撮影

上下横と様々な角度から足をレ
ントゲン撮影し、骨の状態を詳
細にチェック。こんな体勢で、
それも足のレントゲンを撮った
のは初めて！



3 レントゲンを もとに医師の説明

土踏まずが高い凹足(おうそく)で、
足の前部とかかと部に負担がかか
るそう。靴のかかと部分で圧迫さ
れ、アキレス腱の後ろにある滑液
包(かつえきぼう)という部分が
炎症を起こし少し腫れている。横
アーチが崩れて開張足気味でタコ
やウオノメの原因になっているそう。



費用は
●インソールのみ(保険適応の場合) 約9000円
●靴+インソール(保険適応の場合) 約1万9000円～
※靴外来は提携病院の「あやせ駅前整形外科・
内科」でも実施している。

4 義肢装具士による 足の型どり

立ち上がって足に体重がかかっ
た状態で、平面と立体で足の型
どり。サイズや形がわかるだけ
でなく、負担がかかっている場
所やアーチの高さも一目瞭然。



5 シューマイスターに よる足チェック

型を確認した靴職人が足を触っ
て状態を細かく見ていく。痛み
の箇所やいつもの靴の気になる
点を聞き、インソールに反映す
べきポイントを確認する。靴選
びのアドバイスもしてくれる。



6 2週間後 インソール完成

データをもとに、足裏のアーチ
をしっかりと支えるオリジナル
インソールが完成。「ツボを押され
ているような気持ちよさ！ 足の
負担が少なく長距離を楽に歩け
そう」と感動。

