

高齢者の転倒の半分は室内で起きている！！

転倒をすると、骨折や捻挫をし、さらに筋肉が痩せてしまい、歩けなくなる可能性もあります。

そのために、室内を歩く際は転倒防止に室内靴を履くことが有効とされています。きちんとしたルームシューズを選び履いてみてはいかがでしょうか。

スリッパよりルームシューズの方がいい？

スリッパやつっかけのデメリット

- すり足になってしまうため、足が上がらず、わずかな段差でもつまづく。
- 脱げそうになってバランスを崩したり、足がもつれて転倒する。

ルームシューズのメリット

- 歩行の安定性が増す。
- がに股の歩き方や猫背の姿勢が矯正される効果も。

良いルームシューズの特長は？

- つま先部分が反りあがっているものは、すり足で歩く方でもつまづきにくくなっているのが良い。
- 開口部が広く、脱ぎ履きがしやすいものが良い。

外反母趾やむくみ、左右で足の大きさが違う方は？

- 靴を履いて、つま先に 5~10mm 程度の余裕があると歩行がしやすいと言われているので、少し余裕のあるルームシューズを選ぶ。
- 左右サイズ違いや、片足だけの販売をしているルームシューズもあります。

夏におすすめのデザインは？

- 夏は汗を良くかき、湿気もこもりやすいため、通気性がよく涼しく使えるデザインが良い。
- メッシュ素材のものがおすすめ。

夏におすすめなルームシューズ

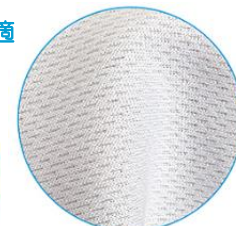
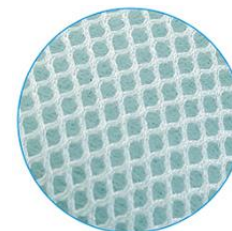
あゆみ スットフレッシュ

店頭価格 2,610円



つま先のカーブで自然な足運びをサポート

通気性UPでいつも快適



さらっと気持ちいい

あゆみ エスパドメッシュ

店頭価格 2,430円



全体的にダブルメッシュ素材を採用



程よいすべり止めで歩行をサポート



甲部分は伸縮性のあるゴムを使用

あゆみ オープンフィット

店頭価格 2,990円



足の状態に合わせて、つま先・甲部2ヶ所で調節可能



甲が全開して履きやすく通気性抜群

お問合せ先



高山市岡本町4丁目311-14

電話:0577-37-0717

営業日時:月~金(祝祭日営業)

8:30~17:30

過去のチラシも見られます



価格表示は税込価格です

2022年5月発行(第8号)