

## スタッフ紹介



義肢装具士の岡です。

皆さんと接するときは「これ良いわ。」といっていただけるものを作り、その先も良い関係を築いていけるように心がけています。



義肢装具士の大谷です。

福島で震災を経験し、関西に戻ってきた、野球・韓流に夢中な男です。  
モットーは「人に優しく、自分に  
もっと優しく」



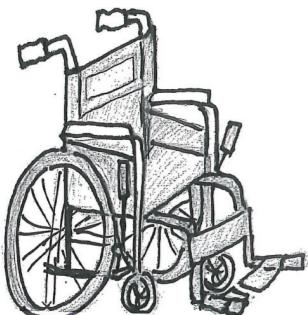
製作担当の白川です。  
よりよいものを作るよう心がけています。



社長（義肢装具士）の大井です。  
痩せようと思っていますが、年をとるごとに腹周りが大きくなっています。



縫製の鈴村です。  
会社の中では年上ですが、一番新米なので、日々勉強で頑張ります。



### 鎌日誌について

鎌日誌は弊社製品をご購入いただいた皆様に、ご購入後一年半の間、無料でお送りしているものです。

一年半を越えて継続をお求めの方には引き続き無料にてお送りいたしますが継続の申込をお願いしております。

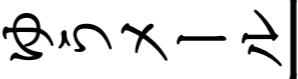
恐れ入りますが電話 0774-62-9566（月曜から金曜の朝9時から17時まで）にご連絡いただけますようお願い申し上げます。



義肢装具士の藤井です。  
世の中に役に立つ新しい装具ができるないか、ワクワクしながらいつも考えています。



総務担当の堀川です。  
皆様からのお電話は私がお受けしています。  
社員みんなが円滑に仕事ができるように心がけて頑張っています。



# 鎌日誌

創刊号

株式会社 P.O. ラボ

〒610-0342  
京都府京田辺市松井山川1-7  
電話 0774-62-9566  
FAX 0774-62-9667  
e-mail : info@po-labo.com  
http://www.po-labo.com

※P.O.ラボ

P = Prothesis 義手・義足

O = Orthosis コルセット、靴の中敷き、  
サポーターなどなど

ラボ=研究所

### 小さな会社の大きな社長から一言

京田辺市【初】の義肢装具製作会社です。皆様に支えられ、めでたく大台の10年目を迎えることができました。

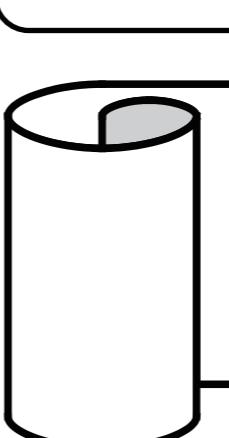
そんな私たちが大切にしたいのが、皆様とのご縁です。そして、このご縁を大切にしたいという思いからこのお便りを始めました。少しでも皆様のお役に立てればと思いますので、私たちの成長を暖かく見守っていただければ幸いです。

というわけで突然のお便りを怪しいと思われる方も、そうでない方も、とりあえず最後までお付き合い下さい。

### モットー

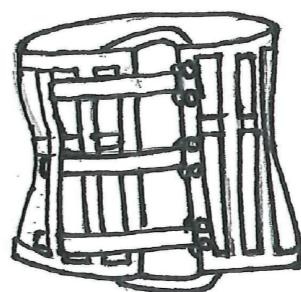
モノづくりをする上で、使っていただの方一人一人の体に合わせると共に、生活環境や身体能力にも配慮します。そして扱いやすくするための一歩間を惜しまず、柔軟な姿勢を忘れないよう心がけています。

皆様の生活の隣にいる会社を目指して社員一同がんばりますので、今後ともよろしくお願いします。



ちなみに

【かすがい】  
建築現場で二本の柱をつなぎ止める  
この字型の大野のこじ。子はかす  
がい。とかもよく言いますよ。ね。我  
が家で身にまといますよ。いつか  
また身につけていきますよ。



# 大きな靴はホントに楽！？

「足が痛いので大きな靴を履いてます。」という方が、よくいらっしゃいます。  
しかし、これが間違いであることをみなさんどこかで聞いたことがあるかもしれません。  
では具体的に、なぜ大きな靴が足に良くないのでしょうか。

そもそも足と靴の理想の関係は、「甲はピッタリ、ゆびはゆつたり」です。

ヒールに硬い芯材が入った靴に、踵をしっかりと納め、甲の紐もしくはベルトをビシッと締める。  
これで靴と足が一つになって安定し、足を支え体を支えてくれます。

それでいて、指先は動かした時にはしっかりと自由に動くことが重要です。

足の中で指の付け根は最も良く動く関節で、体を前に押し出すときに強く働きます。

このときに地面をガシッと掴み（靴の中でですが）しっかり歩くには、指は締め付けるべきではありません。

## 1. 疲れやすい！？

大きな靴を履き、全体がゆつたりしていると、足は靴の中で不安定しません。

それでも足は体を支えようとするので、知らない間に不要な力を使い負担が増え疲れやすくなってしまいます。

## 2. 靴にぶつかる！？

靴が大きいということは、足が靴の中であつちに行ったりこっちに来たりしているということです。

そして靴の壁への衝突を繰り返し、次第に、傷やタコになつたりします。

## 3. 靴の恩恵が台無し！？

靴とは、本来、外部の寒さやケガなどから足を保護してくれるという役割で生まれました。

次第に、神事や、まつりごと、ファッショなどの理由で、様々な形の物ができてきました。（ここあたりの話はまた今度）

そんな中で、立つということ、歩くということが研究されるようになり、歩くための靴という物もできてきました。

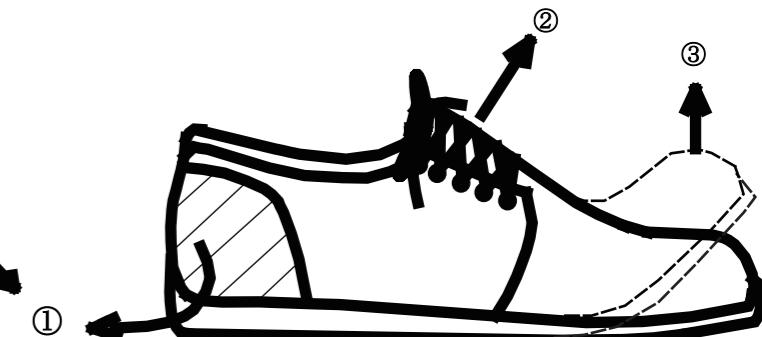
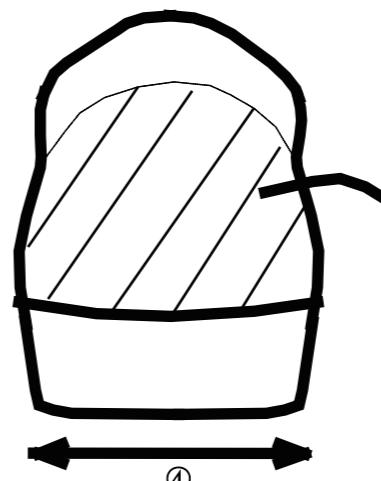
そういった理論に基づいた作りの靴は、きちんと選びきちんと履くと、靴が足を支え体を支え、負担を軽くしてくれるのです。

しかし、足に合わない靴、窮屈な靴はもちろんですが、大きな靴からも、靴が足にもたらしてくれる恩恵は受けとれません。靴においては「大は小を兼ねません。」

と、日頃思うことをお話ししてみました。

靴を選ぶときは、デザイン重視になりがちですが、こんなことも考えながら靴を選んでいただければ幸いです。

# あなたと靴の相性チェック！

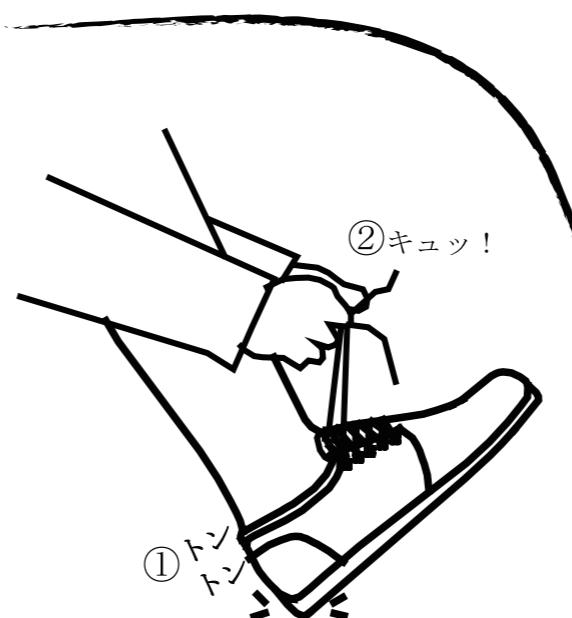


## どんな靴が良いの？

（日常的に履く靴を選ぶ時は、以下のことをチェックしてみて下さい。）

## 手にとってチェックしてみましょう!!

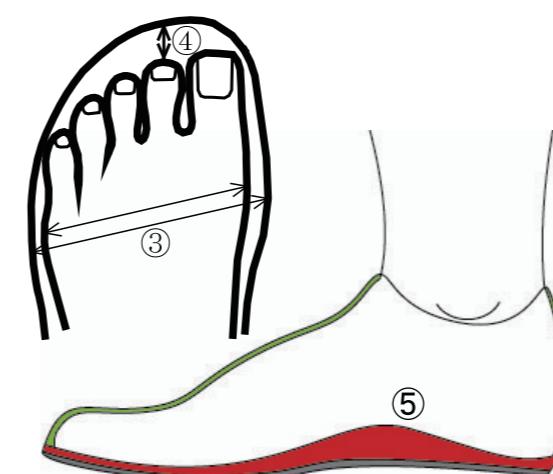
- ①踵（ヒールカップ）がしっかりといる。
- ②甲の部分が靴紐またはベルクロで調整できる。
- ③靴を反らせた時に、横幅の最も広い部分で曲がる。
- ④ヒールの面積が広く安定している。



## えっ！？履き方も大切な？

## 履いてみてチェック!!

- ①靴のヒールを床でトントンとついて、踵をしっかりと入る。
- ②甲の靴紐またはベルクロをしっかりと締める。
- ③親指と小指の付け根が、靴の横幅の最も広い部分と一致し、周径も一致している。
- ④つま先と靴の先端との間に、1~1.5cm程度の余裕（捨て寸）があり、すべての指が十分に動く。



今お持ちの靴もチェックしてみては？

「履きたいのに履くと痛い！」なんて時、一度ご相談下さい。

お役にたてるかも・・・

