

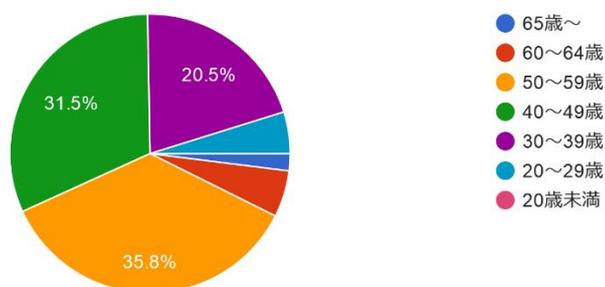
【付属資料】 自粛期間における体の変化に関する意識調査

- 調査目的： 靴を履かない生活に関する意識調査
- 調査対象： 全国の 40 代～ 70 代の女性
- 回答数： 352 名
- 調査期間： 2020 年 5 月 14 日～ 5 月 18 日
- 調査方法： インターネット調査
- 調査元： くつ・あし・あるく研究所&Steady | アンド・ステディ

年代

年代を教えてください。

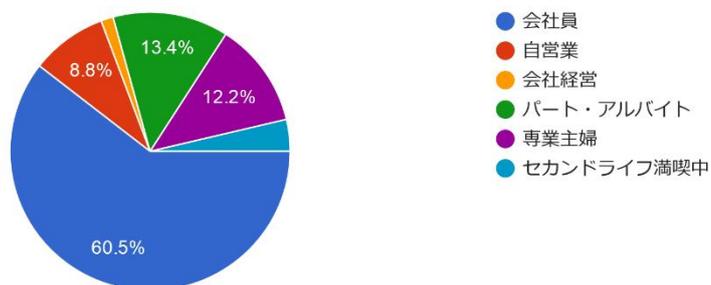
352 件の回答



職業

職業を教えてください。

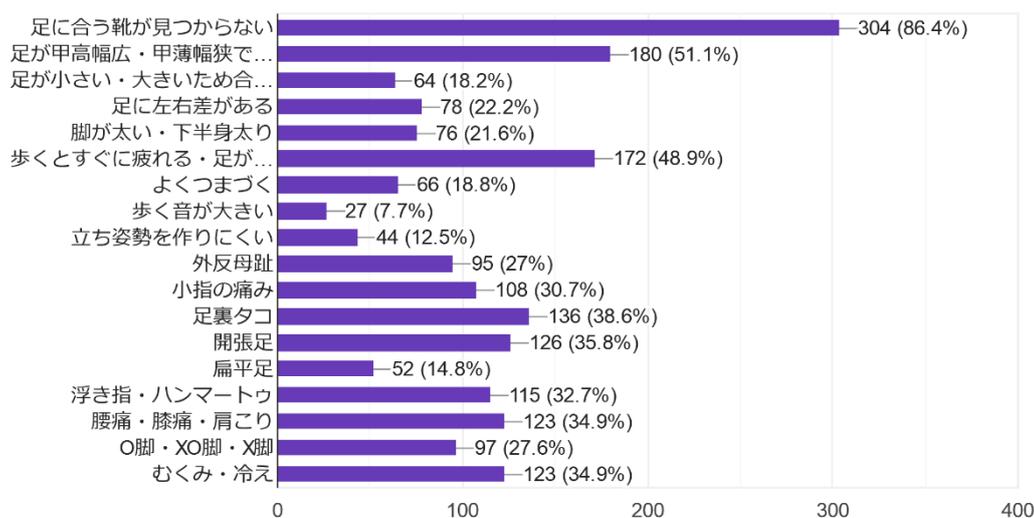
352 件の回答



初来店のお悩み

アンド・ステディにはじめてご来店された際に抱え...歩くに関するお悩みをすべてチェックください。

352件の回答



初来店のお悩み (フリー回答・一部抜粋)

- ・靴がぬげる
- ・当時何を履いても脚が痛かったからです。
- ・足の甲が薄く幅が狭くて自分のサイズが世の中に存在しない
- ・市販品にはサイズもないけど、好きな色もなかった。
- ・正しい歩き方がわからない
- ・足裏以外にも指の上側や小指側の側面もマメだらけでした。不調だらけで、色々調べて、こちらにたどり着きました。
- ・足にぴったりの靴にずっと出会えずにいました！足の甲にいつの間にか変なアザがありました！

靴を履き替えてよかった点 (フリー回答・一部抜粋)

- ・靴が足にピッタリしたことで、足の色々な不具合を気にすることが少なくなった。
- ・歩きやすい！疲れにくい！姿勢が良くなった！生まれて初めて「歩き方がキレイ」と褒められました！寝るとき足がつかなくなりました！変なアザもいつの間にか消えていました！
- ・無意識に靴が脱げないように気をつけていたせいか、下を向きがちだったのが、足元を気にせず歩けたり、歩く先に意識が向き、目線が高く遠くを向いて歩けるようになった。
- ・足が気持ち良い。とにかく気持ち良い！
- ・踵が脱げないのが一番感動した。足にぴったりでスネが痛くなることも無いし、魚の目やタコも無くなった。
- ・歩いていて自然に前に進む感じがするし、足裏全体、足の指まで感じられるようになった。今までは足の指を使うという感覚はなかった。
- ・市販に比べてお買い物の失敗が減った
- ・もう靴を探し歩かなくて済むのが嬉しい。
- ・足のタコが減った。合わない靴は履かなくなったので、パカパカ脱げることはなくなった。
- ・上記悩み故に靴を履いて出かけることが苦痛だったのですが、その苦痛からほぼ解放された点

- ・安心してお出かけ出来る革靴がある！つまり、お出かけが楽しい。
- ・知識の上でも納得する理論を知って気持ちが晴れやかになった
- ・下半身の形が変わってきた。疲れにくい。
- ・長時間歩いても以前のような疲れや痛みが緩和されました。
- ・腰が痛くならない。
- ・足裏の痛みが無くなった 曲がっていた指が少し伸びてきた
- ・自己肯定感が生まれたこと。

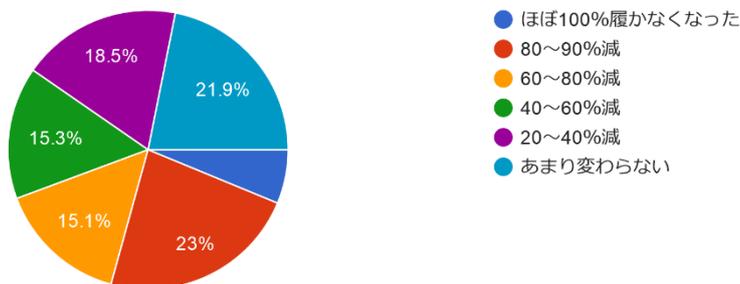
家族や友達に紹介する言葉（フリー回答・一部抜粋）

- ・足に合う靴が見つからなくて困ってるなら是非一度行って見た方が良い！靴選びの概念が変わるから！
- ・足に合った靴を履かないと後々、自分の健康を害することにつながるから、きちんとプロの方に足を見てもらって作った方が良いと伝えたいです。また、洋服や化粧品等に使っているお金を少しで良いから節約して、いい靴を作るのをオススメしたいです。
- ・高いからビビるかもしれないけど、痛みと無縁で歩きやすいよ。1年に何足も安い靴履き潰して靴擦れ用の補整パーツとか絆創膏に使うお金を考えたら総額は変わらない。
- ・自分の足に合う靴とはどんな靴かがわかる。いま履いている靴は実は足に合っていないことがわかる。足に合う靴を履くと歩きかたが変わる
- ・靴の医者を受診してほしい
- ・自分で思ってるサイズと違うから一度測ってもらおうといいよ。
- ・今までの靴は何だったの？って思うはず。もう大きな靴は履けなくなるよー。
- ・ブランドの靴を買うくらいだったら、絶対アンド・ステディ!!
- ・自分の足の一部が手に入るよ
- ・足にぴったりで、しかもとってもオシャレでどこにも売ってない自分だけの靴が買えるよ
- ・この世に存在しなかった私の足のサイズを実在あらしめてくれた靴屋さん
- ・ストレスのない靴
- ・魔法の靴です笑
- ・足元から健康に。
- ・10年先、20年先に健康な自分であるためにぜひ行ってみたい欲しい。
- ・足に合った靴を履くと体変わるよ。的な。
- ・最初は大変だけど、外反母趾の痛みはなくなる。
- ・靴を変えただけで、姿勢が良くなり、歩くのが楽しくなりますよ。
- ・健康に繋がる歩き方ができるようになる
- ・足が痛くないのは幸せです。
- ・腰の痛みや膝の痛みなど改善される可能性が高いから試して欲しい。
- ・歩く時、足がどんどん進むようになる。
- ・「日本人のほとんどは大き過ぎる靴を履いている。安くて自分に合った靴をオーダーできる。」ちなみに、これで私の周りで4名作らせていただきました。
- ・自分用の靴で足のトラブルを解決できることはもちろん、皮の種類やデザインでオンリーワンの靴になる。会社で何度も「靴かわいい」といわれたり、電車や信号待ちでも靴に注目されることが何度かあって嬉しかった。

自粛期間はどれだけ靴を履かなくなったか？

テレワークが増えたり、外出が減ったりの自粛期間...は、靴を履くシーンはどのくらい減りましたか？

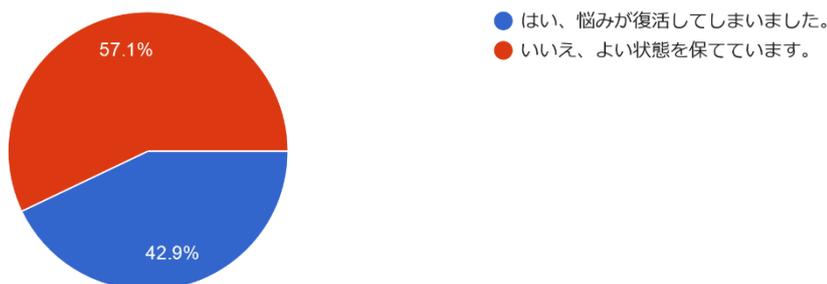
352件の回答



靴を履かないことで悩みが復活したか？

靴・足・歩くに関するお悩みに変化はありましたか？

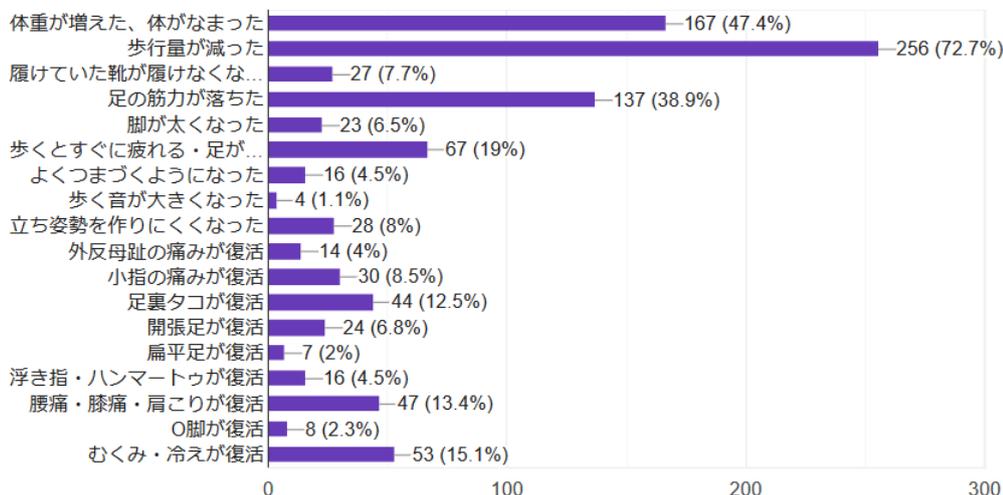
352件の回答



自粛解除に当たり心配なこと

自粛解除を迎えるにあたり、足や体で気になってることや心配なことをすべてチェックください。

352件の回答



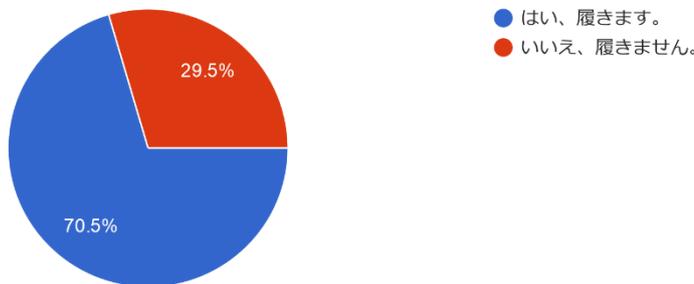
自粛解除に当たり心配なこと（フリー回答・一部抜粋）

- ・体全体が自粛前より固く強張っている
- ・少し足裏が硬くなっています。
- ・本当に歩かなくなり、生活空間も狭く人目もないので姿勢も崩れがち。
- ・テレワークで座りっぱなしで、歩く前にそもそも立つことが減った。
- ・身体を鍛えたいのだけれど、ジムなどにはもう行く気がしません。自宅で鍛えたい！でも面倒なのは続かない・・・というお悩みです^^
- ・ステイホームによりスリッパで巣ごもっていた結果、何となく足が疲れるし痛みを感じる。自分では、足の弱点をサポートする機能が靴にはあるけれどスリッパには無く、自粛の間は靴を履く時間が短いからだと思っています。
- ・足がむくむようになった（以前はほとんどむくみがなかった）
- ・トラブルを感じる程も歩いてないのがこわいです。初めのうちは疑似通勤で 30 分くらいウォーキングしていましたが、最近はそれも減ってきて、危機感をおぼえています。
- ・片足立でふらつきます。

お悩み解決の室内履きがあったら、履きますか？

家の中でそのお悩みが解決できる靴があったら、履きますか？

352 件の回答



率直なご意見やご質問、ご要望

- ・家の中では、布ぞうりを愛用しています。3Aの22.5なので、市販のスリッパは履けません。
- ・久しぶりに秋に作った秋口のサンダルを履きました。とても履いていて気持ちよく、おしゃれな感じになれて嬉しかったです。
- ・前問の自己レスになりますが、実は今スリッパ代わりにMBTを室内履きしています。
- ・久しぶりに会社にはいていたら、翌日ふくらはぎが筋肉痛になって情けなかった。反面、筋肉に効いたのだとも思った。
- ・作っていただいた靴のおかげで、歩くときに痛かった足裏のタコやマメは、なくなりました。すごく感謝しています！
- ・雨用のパンプスの種類が増えると嬉しいです
- ・靴というか、細身のスリッパ的なのが欲しいです。絶対スリッパがいけないんです。すっごい疲れるんです
- ・室内で過ごす時間が増えたので、幅狭のスリッパなどの室内履きがあると嬉しいです。
- ・靴に合わせて靴下やタイツも取り扱っていただけると嬉しいです(靴下やタイツがぶかぶかでせっかくの小さ

めの靴に合いません)。

- ・ Web 上で、バーチャルで靴のデザインと革を合わせられたらイメージが湧きやすい
- ・ 自宅勤務の中で1日中スリッパを履いて過ごしているうちに、足裏に痛みが出るようになってしまいました。使用しているスリッパはごく一般的な市販の幅広のものなので歩きにくく、足に良くないと思いつつも、他の選択肢が見つからないので仕方ないと諦めています。一応、サボで代用出来ないかと考えたこともありますが、室内の床で履くには足音がうるさくなってしまうので断念しました。細幅さんのスリッパの活用方法や室内で足トラブルを悪化させないコツなどがあれば、是非教えていただきたいです。
- ・ 家の中で履く靴とは？実は母がスリッパを履いています。スリッパは足に良くないのではいてほしくないのですが、なかなかいうことを聞いてくれません。家の中で履くことで膝痛や、足の冷えが解消される靴があれば、履いてくれるかもしれません。
- ・ 家の中でできるトレーニングがあったら教えて欲しいです！
- ・ 丁度、室内履きを作って頂けないかというメールを送ろうとしていた所でした！脱ぎ履き簡単な室内履き、切望しています！
- ・ アンドステディさんとの出会いで、長年の足の疲れ、合う靴がないという悩みが解消されています。なくてはならないお店、靴です。これからもよろしくお願いします。
- ・ 電磁波をアースする靴を作ってほしいです。
- ・ 4月から職場が変わり歩行数がへったにもかかわらず、4月から貴社の靴を履き始めて良い効果が出ています。少ない歩数を活かしていると思います。

以上