

## ルームシューズのQ&A

### スリッパよりもルームシューズの方がいい？

高齢者がスリッパやつっかけなどを履くと、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そうです。また、スリッパだと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ということもあるのだそうです。そのため、ルームシューズを履くと、歩行の安定感が増し、さらに、かかとや股の歩き方や猫背の姿勢も矯正される効果もあると言われています。

### 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ますので、余裕のあるルームシューズを選びましょう。また、現在の靴の販売は、左右サイズ違いや、片方だけの販売が一般的なのだそうです。左右で足の大きさが違う人にも合う、良いルームシューズを見つけやすいと思います。

### 夏にオススメのデザインは？

夏は汗をよく掻き、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のだそうです。通気性が良い素材で作られたルームシューズは、履いても臭いが気になりにくいと言われています。

### 良いルームシューズの特徴は？

つま先部分が反りが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ため、良いのだそうです。また、開口部が広く、脱ぎ履きしやすいものも良いルームシューズの特徴なのだそうです。

### 介護用ルームシューズにはオシャレな柄がない？

種類によって、オシャレな色や、水玉や花柄等があるとされています。機能性はもちろん、デザインでも良いものを選んでみてはいかがでしょうか。

高齢者の転倒の約半分は室内で起きていると言われています。転倒をすると、骨折や捻挫をし、さらに筋肉がやせてしまい、歩けなくなる可能性もあります。そのため、室内を歩く際は、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。

夏に快適  
蒸れにくいルームシューズのご案内

### スットフレッシュ



フォレストグリーン



スカイグレー



ピーチ



ミント

- メッシュ素材で通気性があるルームシューズ
- つま先のカーブで自然な足運びをサポート
- 靴底のクッション材が足への衝撃を和らげる

メーカー：徳武産業 品番：201454 定価：2,800円（税別）