



まる○福連携2025

一般社団法人福祉システム北海道

代表理事 高橋 銀司氏

(社会福祉士、介護福祉士)

異業種との対話から福祉を探る

エピソード3 靴専門店(マスターシューフィッター) 木田 倫子 さん



ファッション同様、健康も足元から

きだ・みちこ 1989年、札幌市で靴専門店「アルファ美輝」を開業。足の健康やドイツ靴の理念に共感し、靴や足に関する正しい情報提供を心掛ける。リウマチ足や糖尿病足にも対応できる幅広い種類の靴を用意し、シューフィッター技術を生かした提案が強み。帯広市にも店舗を構え、足と靴の相談ができる店として地域に根差して活動している。

というのが、健康的な血流の良い人です。踏ん張ったり蹴り返したりできるようにするためにはフィッティングが大事だから、シューフィッターは足を見極めて、いろいろある靴の中から最適なものを提案します。例えば糖尿病の方の場合、靴ずれから感染し壊疽(えそ)になって足を切断することもあります。必ずシューフィッターとして糖尿病など病気がないか確認するようにもしています。

巻き爪で痛くて困っているけど、病院が怖くて行けないというお客様はいらっしゃいます。足の裏がタコ、魚の目だらけだった50～60代の女性が看護師さんから紹介されて来たケースもありました。1つひとつケアして行って、すごく時間はかかりましたが、すっかりきれいになって「またお嫁に行けるわ」って(笑)。その方は何十年も痛くて困っていたようですが、すごく喜ばれて、「少しは役に立っているのかな」と印象に残っているお客様もいらっしゃいます。

■仕事で福祉や介護を感じる時はありますか？

私たちは福祉用具の展示会にも参加しています。健康になりたい方たちに自身の足や靴に興味を持ってもらうため、足の状態をチェックし相談を受けています。

最近「浮き指」の人が子どもから大人までとても多くて、指が5本、地面につかなかったりします。これは靴の中で足の指がピアノを弾けるかという以前の問題で、かかと側に体重がかかる後ろ重心で歩いてしまっています。そういう足がちゃんとまっすぐになるような「足を整える靴下」というものを紹介したりしています。

靴が合っているかどうか、普段はあまり意識されなと思います。まっすぐ立たないとまっすぐ歩けないじゃないですか。土台ですから。本当に大事なんです。

■靴専門店の方から見て、福祉や介護の業界はどのように見えていますか。

車いす利用者や寝たきりの人も多く、職員の

皆さんは忙しいんだろうと思います。そんな中でも、履き物や足のケアなど、もっと意識してもらえたら利用者さんたちもどれだけ楽になるだろうと思っています。爪をきれいにしてあげるだけでも全然違います。足のことを考えると、靴に滑り止めをつけたり、紐(ひも)を結べなくなったらファスナーに変えたり。皆が少しでも楽に歩けるように関わっていただけると感じます。

■靴専門店の仕事をされていて、福祉や介護の仕事と共通する部分がありますか。

不自由を感じていたり困っている人を、まずは元気づけて優しく接すること。そして機能が失われた分を、靴やインソールを用いて歩きやすくしてあげるとか、そういったところは共通点かなと思いますね。私の知る範囲内ですが、よく食べ、よく眠り、よく運動するなど病気にならないための体づくりについてアドバイスしたりもしています。

■ご自身が福祉サービスを利用する立場になった時への思いはありますか。

本当に動けなくなったら頼るしかないと思いますが、最後まで自分で、自分の足で歩きたいと思っています。なるべく周りに迷惑をかけたくない。だから100歳でも元気を目指して、なるべくへこたれないように鍛えておきます。サービスを受けるときになったら、素直に「ありがとう」と感謝の気持ちを伝えられるようになりたいですね。

◇あともがき◇

マスターシューフィッターの木田さんは「足は顔と同じで1人ひとり違う」「合わない靴は凶器」と、印象に残る言葉で靴の大切さを語ってくださいました。福祉の話題に移ると、利用者さんの靴だけでなく、介護・福祉従事者である働き手側の靴の重要性にも触れられました。確かに、私たちの業界では介護技術やソーシャルワークの専門性は重視されますが、介護職員の体を支える「足元」への意識は意外と薄いかもしれません。例えば、1万円の靴を毎年買い替えるのと、5万円の靴を5年履くのではコストは同じです。けれど後者には「自分にしっかりフィットする」という何よりの価値が加わるのではないのでしょうか。「ファッションは足元から」と言いますが、まさに「健康も足元から」であると思います。靴の選び方が私たちの働き方や暮らしを支えるのだと今回の対談を通じて強く感じました。

■靴専門店、マスターシューフィッターの資格も含めてお仕事について教えてください。

足は、顔と同じで1人ひとり違うので、奥が深いです。シューフィッター資格はグレードが3段階あり、いろいろな技術、材料、考え方もどんどん変わってきているので、ちゃんと正しい情報をお客様にお伝えしたいなと思います。古いものにしがみついているのではなく、新しいものに触れて自分もやってみて、これはいいなと思ったらそれを取り入れていくというような感じですね。

資格を取得するには解剖学などいろいろと学びます。試験や実技もあり、靴も作りました。筋肉や関節の構造を学ぶために動物の解剖もしましたね。

■昔と今では何か違いはありますか。

昔は輸入品自体が少なく、私たちが事業を始めたときには、道内でドイツ靴を扱う初めての店でした。私は訳も分からず、怖さも知らずに始められたからこそ、ここまで続けられたと思っています。もう30年余り前の話ですが、当時は1足5～6万円と、とても高価でした。それでも、足のことを考えて作られた靴を提供していたので、お客様は来てくださいました。「本当に自分の足に合う靴がない」と思っている方たち、例えば足が細い人や甲高の人、サイズも単に「23センチです」といった表現では済まされないような、さまざまなタイプの足を持つ人たちが必要とする靴を扱ってきました。洋服であれば、丈を詰めるといった調整も可能ですが、靴は1人ひとりまったく異なります。だからこそ、他店にはないもので、医学的根拠に基づいたエビデンスのあるものを、今もなお求め続けています。

■仕事の中で大切にしていることは何ですか。

「痛い靴は売らない」ということです。合わない靴は凶器ですから、その人が「履いていることを忘れちゃうような靴がいい靴」と言われています。ストレスのないような靴をお勧めするために、いろいろと試してもらおうのが大切ですね。他にも、靴とインソールだけでは解決できない場合に、「フスフレージ」というドイツのフットケアがあります。ドイツの整形靴マイスターのお店にはフットケアのコーナーがあって、巻き爪や魚の目がひどい方などに、すぐに楽にはなりません、施術をして楽になってもらうことも提供しています。

ドイツのメーカーの方に「あなたの足は、靴の中で指がピアノを弾けますか」と言われたことがあります。靴の中でちゃんと足の指先を蹴ったりできるように楽じゃないと、血液循環が悪くなるんです。ドイツ製の靴は血液循環が良くなるように作られているものが多いのですが、足先までポカポカになってきますよ。「頭寒足熱」と言って、頭は冷静で足がポカポカ温かいと



◎インタビュアー◎

たかはし・ぎんじ 小清水町出身。Ezo'n music福祉ジャーナリスト。日本医療大学総合福祉学部助教。札幌市市民活動サポートセンター市民活動相談員。

○(まる)福連携プラス YouTube配信中

インタビューの様子を動画で配信中。紙面に掲載しきれない内容を10分ほどの動画にまとめています。

