



適切な靴を選びましょう

フットケア
通信②

靴選びの基準

- ・足の甲が圧迫されない
- ・指が締めつけられない
- ・つま先が当たらない
- ・足の両くるぶしが靴のはき口でずれない
- ・土踏まずがフィットしている



足に合わない靴はトラブルの原因になります。
上記の点を参考に、自分の足に合った靴を探しましょう。