坂本病院の

# フルオーダーメイドインソール（靴の中敷き）

当院のインソールは既製品を一切使わず、痛みの軽減、姿勢の改善、歩行の改善、パフォーマンスの向上を目的に、あなたの足と靴に最適なものを完全手作りで作製します。

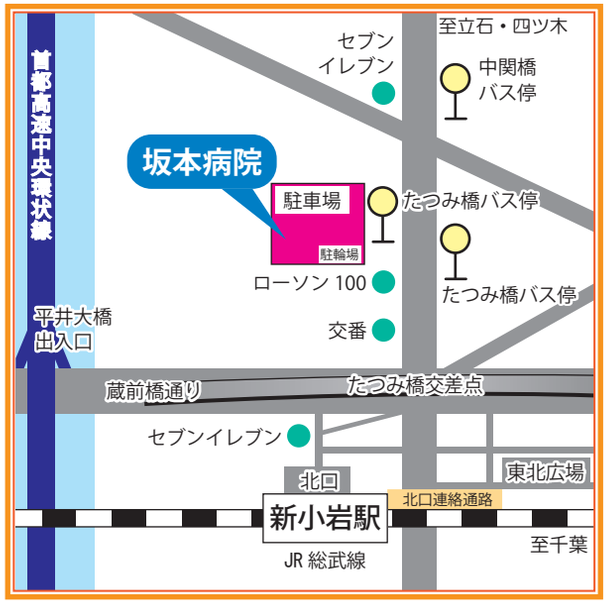
詳しくは裏面をご覧ください。

〒124-0025
東京都葛飾区西新小岩４－３９－２０

医療法人社団 五十鈴会

坂本病院

## 当院へのアクセス




| | |
|---|---|
| JR総武線 | 新小岩駅北口より徒歩７分 |
| 京成バス | 立石、四ツ木方面より<br>新小岩駅行き「中関橋」で下車、徒歩２分 |
| 自動車 | 無料駐車場あり<br>輪止めに「坂本病院」印字のところへ駐車<br>受付に駐車場番号を伝える |
| 自転車・バイク | 無料駐輪場あり（上図の駐輪場に駐輪） |

## 予約方法

担当（谷本）まで以下の方法でご連絡ください

・電話予約（平日9～17時）
TEL：０３-３６９１-２５６１（リハビリ科直通）
インソールの予約とお伝えください

・メール予約
E-mail：tanimotoinsole@gmail.com
インソールの予約と明記の上、フルネーム（漢字）、作製数、靴サイズを送信ください

## 作製後について

### ○管理方法

- 雨や汗でインソールがぬれた場合は靴から出して乾かしてください（日干し、陰干しどちらでも可）。
- 靴の中に砂などが入った場合はインソールを靴から出して靴の中の砂を捨ててください。
- インソールの洗濯は、表面をブラシ等で洗い（洗剤可）水で流し、タオルで水分を拭き取ってから干してください（ぬれたまま放置しない）。

### ○インソールの入れ替え

- 同じ形の靴で色違いの場合は入れ替え可能です。
- 靴の内側のカーブと硬さに合わせてインソール内側の形を作っているため、お互いの形が合わない場合は入れ替えができません。
- インソールを別の靴に入れてみて、作製したときの靴と同じ履き心地であれば入れ替え可能です。
  →違和感あるときは調整に出してください。

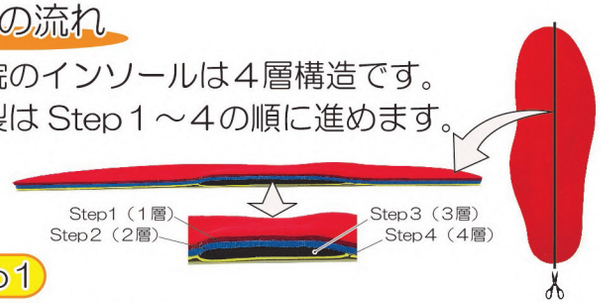
### ○作り替え・調整の時期

※ 当院のインソールは足の形に合わせるのではなく身体の動きに合わせて作製しています。そのため別のところが痛くなったり、フィット感が悪くなったタイミングで作り替え・調整が必要です。

- 普段履きの場合は、痛みや歩行の不具合に合わせ6ヶ月～１年を目安に調整してください（調子が良く、インソールのフィット感に問題がない場合は調整必要なし）。
- スポーツ用の場合は細かいパッドを貼り付けても剥がれてしまうため、インソールが壊れるまで、または調子が良い間まで使い続けて再作製してください（耐久性は個人差があり１～３年程度）。
- プロ選手、アスリートレベルの方は１年ごとの作製をお勧めします（インソールは壊れていなくても身体の動きが変化しているため、常にベストな形に作り替えることが重要）。

## 作製の流れ

当院のインソールは４層構造です。
作製は Step１～４の順に進めます。



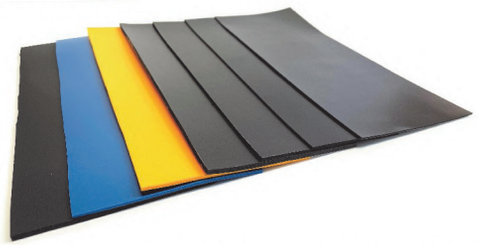

### Step１

表面材料の選択

グリップ力、通気性、耐久性など履き心地の良いものを選びます。

### Step２

中間材料の選択



クッション性、厚さのちょうど良いものを選びます。

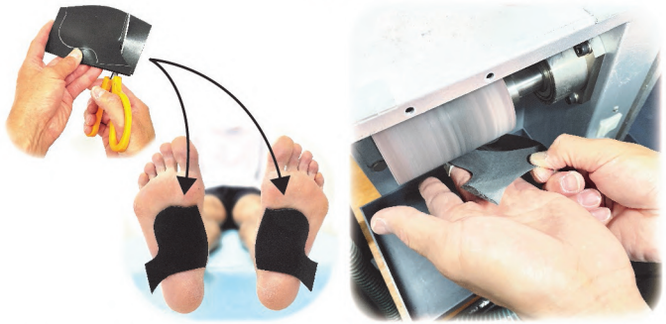
※パンプス、革靴、ハイヒール、足袋にも作製可

表面と中間の材料を貼り合わせ、足にフィットするベースが完成します。

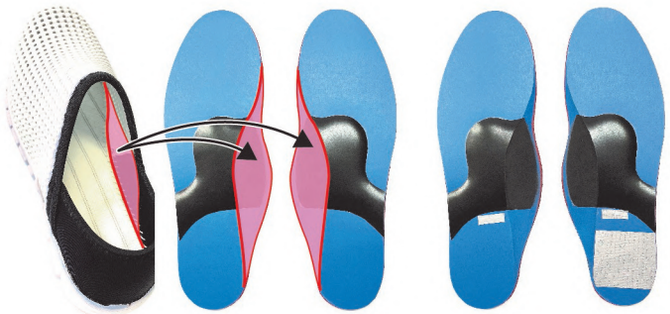
### Step３

アーチおよび足裏部分の作製

テーピングとパッドを足裏に貼り、歩き方を診ながらアーチ部分とその他の部分の形や高さを調べます。



アーチ部分を足に合わせて作製し、調べた形・高さに削ります。



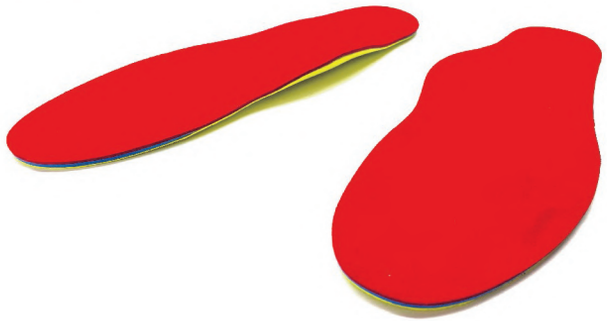
アーチ部分をベース裏面に貼り合わせ、靴の形に合わせて内側部分を削ります。その後、その他の部分をベース裏面に貼り付けます。

### Step４

裏面材料の選択、貼り合わせ

用途に合わせてグリップ力、厚さのちょうど良いものを選び、ベース裏面に貼り合わせて完成です。

## 完成品



## 費用

- １足目・・・・・９，８００円（税込）
- ２足目以降・・・７，８００円（税込）
- 調整（１足）・・１，０００円（税込）

※作製後１ヶ月以内の調整は無料

## 所要時間

- １足作製・・・・１時間４０分程度
- ２足作製・・・・２時間４０分程度
- 調整・・・・・・２０分程度