

**膝痛 腰痛**

にお悩みの方へ

**歩きを変えれば  
痛みが変わる!**

**履くりハビリ!**

**理学療法士が作る  
オーダーメイドインソール**

足の形は人それぞれです。

足に合わせたインソールを作成することで  
良い動きを引き出すことができます。

インソール作成の流れ

問診

歩行分析

採型・作成

受け渡し

お問い合わせは当院スタッフまで

**TEL 049-245-3555**

# インソール（足底板）のご案内

## インソール（足底板）とは？

インソール（足底板）は、靴の中に入れて使用するものです。

2足で歩く人間にとって、唯一地面と接しているのは足の裏であり、足がうまく機能することで痛みの解消に貢献し、歩きやすさ・動きやすさに繋がります。インソールはこれらを引き出す効果があり、運動療法と併用することでエクササイズとの相乗効果を期待できます。

## 当院で作成できるインソール（足底板）

当院では、以下の2種類のインソール（足底板）を作成できますので、ご自身にあったものをご検討・ご購入ください。

### 入谷式足底板

#### 【特徴】

足と歩きの研究所所長入谷誠氏が考案した足底板で、オーダーメイド式の足底板です。

個人の足の機能や身体の動きを確認し、特殊な知識や技術を持ったスタッフがグラインダーという研削機械を使い一つ一つ手作業で作成します。

#### 【作成者】

足と歩きの研究所主催のコースを修了したスタッフが作成します。

### 簡易インソール

#### 【特徴】

当院独自のもので専用のパッドを用いて中敷きに4～5か所に高さをつけることで簡易的に身体の動きに変化を出していくものです。

市販のインソールにパッドを貼付するため入谷式足底板に比べ安価ですが、耐久性は低いものとなります。

#### 【作成者】

当院での研修を修了したスタッフが作成します。

※インソール（足底板）は保険適応外です。 ※購入・作成後の返品・返金はいたしかねます。 ※効果を必ずしも保証するものではありません。

## インソール（足底板）作成の流れ

### ■ 入谷式足底板

#### 問診・歩行分析

動きの中で生じる問題点を評価。テーピングやパッドを使用して実際に動いていただきながら、足底板の形を決定。

（リハビリ時間内で実施）

#### 中敷きシート・パッド作成

マイクロセルポリマーシート「PORON®」を基本材料とし、研削機械で一つ一つ手作業で作製。



#### 微調整・お渡し

完成後、実際に履いて歩いていただき、微調整した後お渡し。

**完成まで1週間前後**



### ■ 簡易インソール

#### 問診・歩行分析

動きの中で生じる問題点を評価。専用パッドを足裏に貼り、実際に動いていただきながら、良い誘導を決定。

（リハビリ時間内で実施）



#### インソールベース作成

市販のインソールを使い、お履きの靴に合わせて大きさを調整。その後裏面にパッドを貼付し動作を評価。

#### 微調整・お渡し

完成後、実際に履いて歩いていただき、微調整した後にお渡し。

**最短即日お渡し**



お問い合わせは当院スタッフまで

**TEL 049-245-3555**