



ちゃんとスニーカー履いてますか？

総務課 前田 光弘

子供の頃の反動が強い大人って怖いですよ？ 私にとって、その反動が強く出てしまったものの一つが「靴」でした。田舎で靴屋も無く、大家族で靴をねだれる環境でもなかった為、思春期に自分の足指が他の人と違い、歪に変形してしまっている事を知った衝撃は今でも忘れられません。

また、その頃にアルバイト先で尊敬できる方に出会ったのも大きな要因でした。その方はスポーツ用品店の店長で、スニーカーを買いに来られたお客様に対し、競技用でも散歩用でも隔てなく、時間と情熱をかけて、靴の大切さと履き方を説明し、お客様と靴を送り出す方でした。

そんな経験や出会い、様々な事情が重なった結果、“なんで何足も買っちゃうのよ？”と呆れられながらも、靴を履いてニヤニヤしている反動ダメおやじ=今の私 “の完成です。

こんな私ですが、最近も（懲りずに）スニーカーを物色中、他のお客様と話している店員さんとの話が聞こえてくるのですが、内容が「ちょっとそれは…」と思う事が何度かありました。

専門のスポーツ用品店が減り、カジュアルなスニーカー店が増えたとはいえ、お客様からの質問に理論ではなく感覚でのみ返答し、スニーカーのデザインやプレミアム感を述べるばかりで、サイズの合わせ方や靴紐の通し方といった大事な部分の説明が抜けてしまっている。今のご時世、こういう知識を持った店員さんも、店員としてはアリなのでしょうね。

という事で。前置きが長くなりましたが、今後スニーカーを購入する際に知っておくと、ちょっと良い事があるかもしれない話のご紹介です。一般的な内容と私の経験則が混じっていますので、「そんな話もある」程度で読んで頂ければ幸いです。

スニーカーのサイズはどれぐらいが良いの？

まずは長さから。ある程度、ご自身の足のサイズ（長さ）はご存じかと思います。目安としては良いのですが、スニーカーは意外とメーカーや型番で違いがあります。ですので「自分は2〇cmだから！」ではなく、あくまでそれは試し履きの最初の1足、いわゆる目安としてそこから大小を試していきましょう。

稀に、「自分は常に同じメーカーの、同じ型番しか買わないから同じサイズでOK」という方がいますが、実はスニーカーはメーカーが作成する工場や生産国、生産時期によって形が変わってしまう工業製品でもありますので油断は禁物です。

そして幾つか試し履きをしてみて「指先がピッタリ包まれる→OK」ではありません。靴先には「捨て寸」と呼ばれるものが有ります。これは靴を履いた状態の足が、時間の経過につれてむくんだり、筋肉の動きに対応したりする際に必要な空間です。

スニーカーだと目安として指先が動かせるぐらい、足のサイズ的には1～1.5cmぐらい余裕があるサイズが良いでしょう。もちろん、足先の余裕を見る前には必ず「踵をトントン」して下さいね。

次いで靴の横幅です。足の甲部分の幅と高さはかなり重要なポイントです。昨今のスニーカーはデザインも素晴らしいですが、その素材には本革だけでなく合成皮革、合成繊維、プラスチック系の部品など様々な最新素材が使用されています。ただし、その中には「伸びにくい」という性質を持つものもあります。経験上、どれだけ気に入った靴であっても「横幅がきつい」と感じる靴はお薦めしません。

店員に「本革だから使っていく内に伸びて、フィットしてきますよ」と言われて、本当にフィットしたスニーカーはトレッキング用ぐらいで、後は「ずっと痛いままか、無理やり伸びてフィットしなかった靴」が殆どでした。

そして、私が一番強くお伝えしたいのは、「必ず両足共に靴紐を通して履いてみる」ということです。昔は「私は右利きだから軸足は左足になるので、左足だけ試せば大丈夫」なんていう方もいましたが、現在では「人間は左右で、足の形や大きさが違う」というのが通説です。

そして靴紐は通す穴の大きさ、位置、通し方でフィット感が大きく変化します。興味のある方は靴紐の通し方をネットで検索してみてください。ちょっと驚きますよ。

以上、本当に簡単にではありますが、ご自身で試せるスニーカー購入時の試し方でした。足の健康は年齢を重ねるごとに重要になってきます。その健康を守るためにも、靴をしっかりと選んで頂ければ幸いです。皆様が末永く健康で過ごされます様に。

エイプリルフルとは？

ホームガス課 須田 達哉



エイプリルフルの由来には諸説ありますが、いくつかご紹介します。

- かつて、フランスでは3月25日に新年を迎え、4月1日まで新年のお祭りをしていたが、16世紀にシャルル9世が1月1日を新年とするグレゴリオ暦を採用すると、これに反発した人々が4月1日を「嘘の新年」として馬鹿騒ぎをした。この騒ぎに怒ったシャルル9世が人々を処刑したため、抗議と追悼の意を込めて、4月1日に「嘘の新年」を盛大に行うようになった。

- キリストの命日にあたるため、ユダの裏切りを忘れないために設けられた。

- インドの仏教徒は春分の日から3月末まで修行を行う。せっかく修業をしても、4月1日になると修行が嘘だったかの様に俗人に戻ってしまうことから、4月1日を「揶揄節」（やゆせつ）としてからかった。

エイプリルフルはいつからある？ 4月1日を巡る日本の歴史

日本にエイプリルフルが入ってきたのは大正時代頃で、直訳の「**四月馬鹿**」として広がりました。この「四月馬鹿」が流行る以前は、4月1日を「**不義理の日**」とする風習がありました。これは中国伝来の風習で、不義理をしてもよいのではなく、義理を欠いている人に手紙などで挨拶をして、御無沙汰を詫げるための日です。同じ日付で全く趣が違うとは興味深いものですね。

また、欧米では4月1日の新聞にエイプリルフル用の記事が掲載され、テレビニュースになることもありますが、日本では人騒がせだということで、段々流行らなくなりました。

最近では、若い世代を中心に再注目されており、インターネットに趣向を凝らしたジョークが掲載されたり、友人知人のかついだり、かつぎかえしたりして楽しんでいる様子です。笑って許せる洒落た嘘なら、おもしろい日になるでしょう。

エイプリルフルの「嘘は午前中だけ」というルールの由来

最近、「エイプリルフルに嘘をついていいのは午前中だけだ」と噂されるようになりました。そんなの初耳だという人もいれば、午前中ルールだと主張する人、それ自体が嘘だという人、様々です。

午前中ルールの由来には諸説あって定かではありませんが、有力なのが、イギリス発祥説です。イングランドでは、1660年の王政復古の記念日として、5月29日を「オークアップルデー（Oak Apple Day）」として祝っていました。チャールズ2世がオークの木に隠れて助かったことから、この日の午前中だけオークの実（Oak Apple）を身に着けて国王に忠誠を誓う習わしがあり、その影響から、イギリスでは4月1日のエイプリルフルの嘘も午前中までとなりました。この午前中ルールがいつしか日本に伝わり、ネットなどの影響で広がったのではないかと考えられています。

どんな嘘でもついていいわけではない

エイプリルフルでは嘘をつくことが風習になっていますが、どんな嘘でもついていいわけではありません。その嘘によって誰かが傷ついたり、財産上の被害が生じるなどの被害が出るような嘘をつくのはやめましょう。

そもそもエイプリルフルはみんなで楽しむための1つのイベントなので、嘘をついた方も嘘をつかれた方も、最終的にハッピーになるようなストーリーを考えた上で嘘をつきましょう。