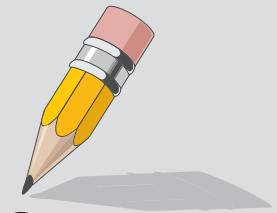


# 足のサイズを測ってみよう

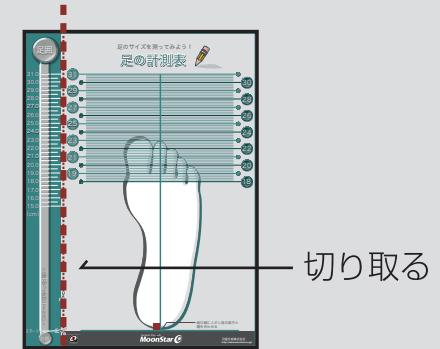


- ・靴を選ぶときのサイズには、①足長 ②足囲（ウィズ）などがあります。
- ・一度、自分のサイズを測ってみましょう。左右の足を測りましょう。
- ・自分1人では測りにくいので、できればまわりの人に測ってもらいましょう。
- ・最後にサイズ表で自分の足のサイズを確認してください。  
サイズ表は事前にプリントアウトするかホームページ上でみてください。

【靴物語】<http://www.moonstar-onlineshop.com/html/page5.html>

## 準備

- ・用意するもの：測定用紙、鉛筆、厚みのある本、はさみ、セロハンテープ（A4サイズのプリンタの方のみ）
- ・最初に測定用紙の左の「足囲測定」を切り取り線に合わせてはさみなどを使って切りとってください。はさみを使われる際は、怪我等されないようご注意ください。切り取った部分は、後で使用します。
- ・A4サイズのプリンタの方は、きりとり線で切った後、張り合わせてご使用ください。



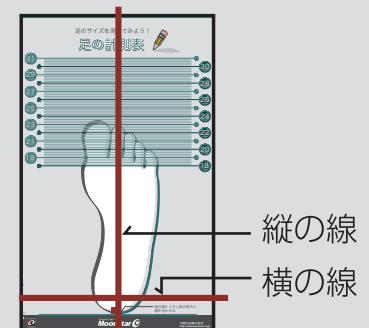
## ご注意

プリントの状態によって、計測サイズ目盛に誤差が生じる場合があります。定規で誤差がないかご確認の上、ご使用ください。

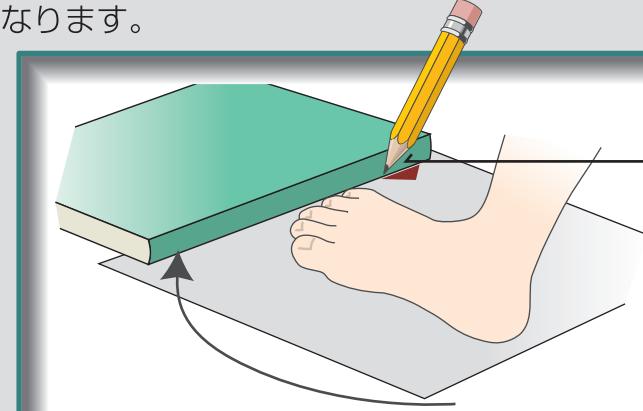
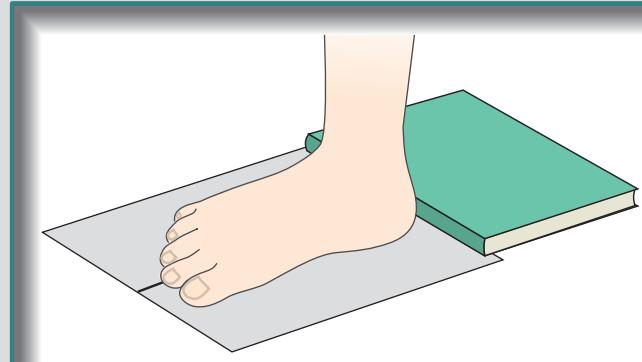
## 測定

### 1) 足長を測りましょう。

- ①横線の上に本の背の部分をあわせておく。
- ②たて線の上にかかとの中心と、ひとさし指の中心がくるように足をおく。このとき、本の背と踵が接するようにする。
- ③本を踵からつま先側にもってきて縦線と垂直になるように本をおく。



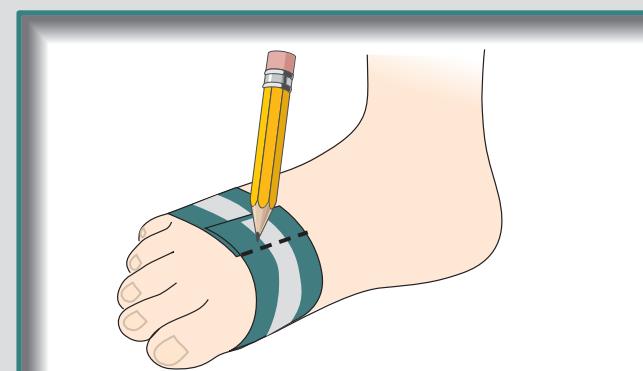
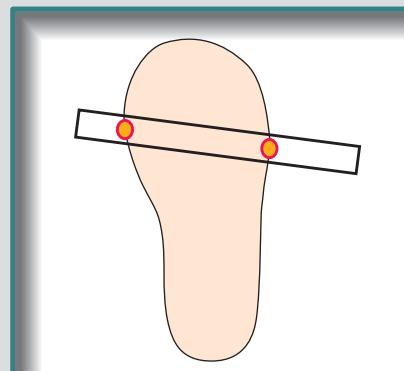
④本をたて線と垂直の状態のまま指にあたる位置まで動かす。指にあたった位置の線に印をつける。印をつけるときは背中をのばし、まっすぐに立つようにしてください。親指にあたるか、ひとさし指にあたるかは人によってちがいます。印の位置の数字を見てみましょう。それが足の長さになります。



印をつける

## 2) できれば足囲も測って見ましょう。最初に切り取った細い紙を使います。

- ①細い紙を絵がついていない方(うら側)が上になるようにおきます。紙の上に、親指側のでっぱり(指の付け根)と小指側のでっぱりがくるように足をおきます。
- ②紙を足の甲にまわしてスタートライン(黄線)が片側とあう位置に印をつけます。そこが足囲の長さになります。



足長

\*足を測ることを体験して見てください。

正確なサイズを知るにはシューフィッターなどがある靴のお店で測ってもらいましょう。