

プラウド通信

2014.12

Vol.38

〒658-0053 神戸市東灘区住吉宮町3-14-10-1F

営業時間10時～18時（祝日は17時まで）

定休日 日曜・月曜（ご予約いただければ対応可）

E-mail info@proud-s.com

http://www.proud-s.com

TEL & FAX
078-811-2388

足と靴のトータルチェック・再チェックは予約制です♪

目次

「脳と身体」の連動

1.靴は素材選び

2.足のお手入れ

3.秋冬商品ご紹介

～お知らせ～

4.営業時間・

カレンダー

5.アンシルクについて

6.再チェックへ

ひとりごと



楽しむことが大事ね♪

脳と身体トレーニング♪



こんにちは！お元気ですか？プラウド店長しいのです。いつもプラウド通信をお読みいただきありがとうございます。

「ライフキネティック」lifekinetikってご存知ですか？サッカーの香川選手のドルトムントやワールドカップ優勝国ドイツチームが取り入れたことで有名になった、子どもから大人まで誰でもできるトレーニングです。

二つ以上の課題、運動・思考を同時に行うことで脳の活性化や視覚、長期記憶、身体の反応の最適化を目指します。例えば、「左手でグルグル円を描きながら右手でお手玉をする」片手なら簡単な動作も左右同時にやろうとすると意外に難しい。10回のうち6回クリアできるくらいの難易度で、

誰かの合図で右と左を入れ替えたり、運動しながら計算したりとアイデア次第でも一人でも、ご家族でもできます。大切なのは失敗してもOK！とにかく大笑いしながら楽しむことが脳を活性化します。

ウォーキングや散歩、普段の生活の中に少し変化を付けてみてはいかがでしょうか。TV、ラジオやネットからの情報をただ受けるだけでは身体と思考回路を連動・強化できません。様々なスポーツにこれを取り入れることで文武両道、成績が上がった学生も多いようです。災害や緊急時の瞬時の状況判断には、普段から「脳と身体」の連動が必要ですね。年末年始の忙しい中でもお仕事、家事や子育てを神業のようにサクサクこなしているあなた。笑顔でライフキネティックを楽しみましょうね♪

1. 靴選びは素材選び

あなたの皮膚は分厚いですか？薄いですか？

毎日たくさん歩きますか？靴の減り方は？足幅やアーチの高さなどあなたの足の特徴を考えると、靴選びや修理・加工も素材が違ってきます。

プラウドで修理等する場合は、革の硬さや耐久性、靴底のクッションや屈曲の硬さなどあなたに合った素材をご提案。お持込の靴も大歓迎。たくさん歩く方は少し重くなりますがより耐久性を、筋力の少ない方は軽量化を考えています。使用用途やデザイン・色など…あなたの「こんなのが欲しい♪」をぜひお聞かせくださいね。ご希望に少しでも近づけるような様々なメーカーから今の旬をお探しします。



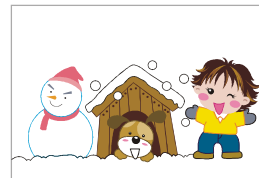
2. 冬こそ足のお手入れを！

冬は足の冷え、皮膚のカサカサ、むくみが気になりますね。夏は良く運動して汗をかき皮膚も保湿されていましたが、寒くなるともう外へ出るのも嫌になりますねえ(笑)

皮膚の乾燥・痒みが気になる方は今すぐ皮膚科へ！足のむくみや膝裏・ふくらはぎのポコポコ(下肢静脈瘤)が気になる方は弾性圧力ソックスが効果的です。こまめに水分補給や足首の曲げ伸ばし、足指のグーパーなど動かすことも大事です。自覚症状がないままに進行していくのが静脈瘤です。デスクワーク、立ち仕事、車の運転など歩く機会の少ない方は早めの予防が必要です。靴や靴下を工夫して寒い冬を快適に。靴のローテーションもねっ♪



3. さむ～い冬を元気で乗りきろう！



突然寒くなりました。

近年、徐々に寒くなるのではなく一気に冬到来・・・

まだ間に合う、冬を快適に過ごすお手伝いができる靴をご紹介します！
足に適した靴で、どんどん歩きましょうね♪

ご希望がありましたら今すぐフラウドまで→ TEL 078-811-2388

濡れても安心の ロングブーツはこれだ！

アサヒ(日本)

—普通～ゆったり幅—

防寒だけでなく雨や雪の防水対策ができる靴って、冬にはありがたいですよ。

耐久性と透湿性を兼ね備えたGORE-TEX仕様のこのロングブーツは、冬にきっと大活躍してくれます。

全体を包んでいるのは一見、布のような素材ですが高耐久性のある特殊品。

靴底はグリップ力の高いガラス繊維と高度の特殊ラバーとが組み合わさった素材で滑りにくさも最大限に配慮しています。足底板の使用可。価格も魅力的

♪ 今の時期、ブーツのご希望が多く本来なら在庫はほぼないのですが、今回、メーカーさんがほんの少し追加生産されました。ご希望の方はまずはお電話下さいね。在庫確認致します。



アサヒ TDY38-94 ¥19000+消費税
色：ブラックのみ サイズ：22.0～25.0cmまで
内側ファスナー付、ヒール5cm

塗ったクリームが長持ちします！

ケロディックス (イギリス)

手や足にこのケロディックスを薄く塗るだけで、透明の手袋を一枚重ねたようになります。水・お湯・石鹸などを使っても保護効果は3～4時間持続、無臭。

私はハンドクリームの上へ重ねづけして5年愛用中。100g 1-プ ¥1800+税



クシュッとシュリンク(シワ加工)の アンクルブーツ

durea (ドゥレア：オランダ)

—やや細～普通幅—

くるぶしの上5cmくらいの丈で、一番寒く感じる足首周りはバッチリカバー。

脱ぎ履きはファスナーのみ、クシュクシュとしたシリク加工で表情のある仕上がりです。

靴底はウェッジソールなので安定感があり、カジュアル過ぎずの印象です。

写真はダークブラウンの色。こちらの商品はお取り寄せです。ご希望がございましたらご連絡を！



ドゥレア 9492-865H-5851 ¥43000+消費税
色：ブラック、モス(グリーン系)、ダークブラウンの3色
サイズ：約23.0～24.5cmまで

ブーツキーパーを！

「この靴は長持ちしますか？」と聞かれることがあります。

素材として強いものは確かにあります。でも大事なのは、『適切な手入れをすること』

シューキーパーは靴のハンガー、
手入れの基本です。

パンプスのような繊細な靴や足を包み込む範囲の多いブーツにはぜひキーパーを！履きシワをピンと伸ばしてくれるので革等の弱りを軽減します。その上でクリームなどのお手入れをどうぞ。

ブーツキーパー ¥2200+消費税
写真左) キーパー本体 写真右) 装着後



寒いけどウォーキングも続けましょう♪

YONEX (ヨネックス：日本) —普通幅～ややゆったり幅—

ヨネックスのウォーキングシューズといえばファスナー付のひも靴ですが、今回ご紹介するのはダイヤル式。

靴を履く時は、ダイヤルを回すと頑丈なワイヤーひもがキリキリと締まり足にぴったりフィット。

脱ぐ時は、ダイヤルを軽くつまんで持ち上げると一気にワイヤーが緩む仕組みでとっても簡単♪ (ファスナーは付いてません)

靴底のクッションも申し分なしですし、撥水の利いたストレッチUPレザーですので足馴染みも早いです

よ。



LC68 レディース ¥15000+消費税 22.0～25.0cm
 撥水ストレッチUPレザー パールカーキとブラックの2色展開 (上写真)
 MC68 メンズ ¥15000+消費税 24.0～28.0cm
 撥水ストレッチUPレザー (起毛) サンドベージュとチャコールグレーの2色展開

この靴下なら、あったかいんだから～♪

ラサンテ (日本)



ラサンテの靴下は、縫製がしっかりしているのでも安心です。

さらに特徴的なはき口のゴムがゆるやかにになっている『はき口ゆったり』(でも、ずれてこない)シリーズは他に替わるものなし!

←どちらもくるぶし上10cm程度の丈プレゼントにいかがでしょうか♪

遠赤ジャガード(写真左)Mサイズのみ ¥1000+税
 色：グリーン、パープル、レッド
 雪柄 はき口ゆったりタイプ
 指先マルチウール混(写真右)Sサイズ ¥1100+税
 色：グレー、パープル、ブラウン
 温度調節素材アウトラスト使用
 *Mはお取り寄せ 価格 ¥1200+税
 Sサイズ→22～24cm Mサイズ→24～26cm

フットケア、 やっとります!

皆さん、足のケア、続けてますか? 今すでにあるタコや魚の目は、異物を踏み続けているようなもの。

早いところ取り除きましょう。

でも、ご自身のケアだけではなかなか改善しませんので、一旦私たちにお任せ下さい。(¥3000+税～要予約)

タコ等がなくなったら、一層歩きたくなること間違いなし♪

フットケア用ヤスリ ¥1000+税
 粗・細が両面に
 その他、フットケアクリームも
 ございますよ～



～お知らせ～

子ども靴 swissise2015春夏について

プラウドで子ども靴といえば、

オーストリアのsuper fit(スーパーフィット)と、スイスのswissies(スウィッシーズ)

の2つのブランドを定番にしています。ですが、このたび諸般の事情により、

2015年春夏のスウィッシーズ商品は日本へ入荷しないことになりました。

ご期待いただいていた皆様、申し訳ありません。

2015年の秋冬にはまたスウィッシーズをご紹介できるようにと、輸入代理店さんでは調整を続けておりますのでそれに期待したいと思います。

プラウドの来年2015年の春夏子ども靴は、superfit、ニューバランス(22.0cm以上)、サロモンの3社を中心にご紹介していきます。どうぞよろしくお願ひします。

靴のお手入れしてますか？僕は靴を磨くの大好きです。お気に入りの靴を長持ちさせるにはお手入れが大切。わからないことがあればぜひ、靴をお持ちください。撥水加工、クリーニング、お持込も大歓迎ですよ♪

4. 営業時間変更のお知らせと 12～2月までのカレンダー

定休日は、毎週日曜と月曜です。

営業時間は、平日 10:00～18:00
祝日 10:00～17:00

定休日・営業時間外でも対応可能な日もございます。お問い合わせ下さい。

*冬休みは、12月29日(月)～1月4日(日)

*12月28日(日)と1月5日(月)は、
10:00～17:00での営業です

*1月17日(土)は、午後臨時休業します
10:00～12:30のみの営業

*専用駐車場はございません。

お車の場合は、近隣の駐車場をご利用願います。近隣の駐車場の場所は、当店もしくはHPでご確認くださいませ。

2014年 12月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

2015年 1月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

2015年 2月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

5. アンシルク(弾性ストッキング)について

オープン当初よりご提案してきました弾性ストッキング・アンシルクですが、今後、お取り寄せ対応とさせていただきますと思います。

弾性(段階的に着圧となっている品)タイプとしては、現在当店では、5本指ソックスタイプでのご希望が大半です。

さらに、このストッキングはナイロン製ですので、製品後、年数が経ちますと一定の段階圧を保つ年月が短くなってしまいます。

そのため、今後は在庫を持たず、ご希望があり次第メーカーさんよりよい状態の品をお取り寄せしてご提供する方法へ変更させていただきます。

商品自体が製造中止というわけではありませんので、どうぞご理解くださいませ。お取り寄せには約1週間かかります。

フラウド → TEL 078-811-2388



6. 再チェック(無料・要予約)へどうぞ!

当店で足と靴のトータルチェックを受けられた皆様で再チェックを長く受けておられない「あ、私のことかも?」と思われたあなた! 中敷、脚長差など加工の調整をさせていただきますね。ご予約、お待ちしております♪

フラウド → TEL 078-811-2388

～ひとごと～

もう2014年も終わってしまうんですね～、早い! 毎年できるだけ何か一つ、新しいことができたらいいなと思っているのですが、今年は何ができたかなあ。

そうそう、春に初めて大阪造幣局の桜の通り抜けへ行きました。平日に行ったのですが、それでもたくさんの人・人・人。大好きな八重桜がコロんと咲いていてとてもおいしそうでした。たくさんの屋台の中でなぜか選んだチヂミが思いがけずおいしくてとてもラッキー♪

夏にはこれまた初めて富士登山に挑戦しました。登り、どれだけ歩いても宿泊予定の7合目の山小屋に着かず、キツネにつままれたとはこのことかと(笑)。

夜中に山小屋外のトイレへ出て見た、手が届きそうなくらい近くにあった一面の星空と、翌朝、雲の下から登ってくる朝日には大感激しました。

秋には昨年につき2度目ですが六甲全山縦走へ。昨年同様、雨の中、とにかく歩き続けて須磨～宝塚までの56*。を無事完歩できたことは本当にすべてのことに感謝です。

皆様、今年もご来店いただきましてありがとうございました。来年もまた1歩1歩、着実に前進してまいります。どうぞよいお年をお迎えくださいませ (り)