

両手を広げ片足立ちならいくらでも出来るのに、目を閉じてやると急にバランス取り辛いのはなぜ？続きを読む店頭で(笑)

プラウド通信

2025.10

Vol.68

TEL 078-811-2388 / FAX 078-891-8999

E-mail info@proud-s.com https://www.proud-s.com

〒658-0053 神戸市東灘区住吉宮町 3-10-22-1F



HP

LINE: ID @283ehzdg

足と靴のトータルチェックや再チェックは要予約 LINE、お電話、メールで♪

- 小脳の働き
- 1. 小脳を鍛える
- 2. LifeKinetik
- 3. 試着会・商品
- 4. お知らせ
- 5. 変更事項(再掲)
- ひとりごと
- 営業カレンダー



体の動きをいつも
チェックしますよ♪
(エラー検知、抑制)



小脳のシワはとっても細かい！

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。

あなたは目をつぶって片足で立てますか？
フラフラせず、真っすぐに歩けますか？
大脳から指令が出て神経を伝わり筋肉が動く。
私たちが歩くときバランスを取っているのが
『小脳』です。赤ちゃんがハイハイから立つ・歩く
と成長していくように小脳も発達していきます。
小脳の大きさは大脳の 1/10(成人で卵 2 個分)
ですが神経細胞の数はなんと大脳の約 4 倍！
【小脳の役目】目・耳・鼻・喉や皮膚感覚など
五感からの情報入力と、大脳から筋肉への運
動指令の補正・制御つまり監督役です。♪

小脳に障害が起こると…

- ・正確(滑らか)に手足や体が動かせない
- ・姿勢の保持や歩行時のバランスが悪くなる
- ・声の大きさの調整や発語が悪くなる
- ・めまいや眼振、手の震えなど症状が出ます。
健康も足元から！ 土台の安定が不可欠です。
お出かけには、心地良い靴を履きましょう♪

小脳の役割



1. 定期チェックにお越しください

再チェックの際には姿勢やバランスも見ています。
今、症状が出ていてもこんな方は要注意！

- * 左右のバランスが不安定 * 側弯症
- * 転倒しやすい * 暗い中を歩くのが怖い
- * モノを掴む時手が震える * 手先が不器用
- * 運動が苦手 * 手足の感覚が鈍い

「使う」か「使わない」か！ 筋肉も脳も神経回路も適度な刺激が必要！ 正しいトレーニングは良い効果が出ます。TVの情報もあなたの体に合わなければ逆効果です。様々なトレーニング法をご紹介しています。
～洗剤やシャンプーの詰め替えトレーニング～容器に移し替える時、1滴も溢さずに素早く詰め替えできますか？ 小脳の働き(正確さ・バランス・協調性)を考えると日々トレーニング！ 失敗しても気にしない♪

2. 「ライフキネティック」メソッド開催！

軽い「運動」と「脳トレ」を組み合わせることで脳を活性化し集中力や記憶力、動体視力を鍛えます。「気持ちいい」「やってみたい」「予想外？」ぜひ一度体験してください♪

過去に参加経験のある方は￥500 割引です。

開催日時：曜日等に関係なく希望日時をご連絡ください
約 90 分 (雨天時も屋根があれば開催可)

講 師：椎野啓三 (LifeKinetik パーソナルトレーナー)

開催場所：プラウド店舗内、その他 OK！

参加人数：1名から開催可能

年齢制限：小学生以上ならどなたでも参加 OK

参 加 費：￥2000-(税込) 当日現金にてお支払い下さい

申込方法：メール、TEL、LINE にてご連絡下さい。

★当日は動きやすい服装・靴でお越しください。

3. 秋よ来い、冬も来い



暑すぎる夏からようやく解放されました。息をするのが楽に感じます。

日本の季節はきっとこれからも夏は猛暑、冬は激寒でしょうね。

少しでも足元から快適に過ごせるお手伝いができましたらと思います。

商品等のお問い合わせは以下でお待ちしています。(価格は税込表示)

TEL 078-811-2388 メール:info@proud-s.com LINE:@283ehzdg



① スポンと履ける靴、試着会を開催します！

— 普通～ややゆったり幅 —

(Ortho Feet オーソーフィート：アメリカ)

前号でご紹介したハンズフリー(靴ベラを使わずにポンと履く)の靴、アメリカのオーソーフィート。

この靴はまだ取り扱っている店舗が少なく認知度は低めですが、機能性の高さはハンズフリー靴の中でもトップクラスだと思います。

この間当店では、足のトラブルで靴の脱ぎ履きがしにくい方、お仕事などで脱ぎ履きが多い方を中心にご紹介してきましたが好評です。

①骨格に負担のかかりにくい靴の形、②履き口が狭いので靴の中で足が動きにくく適正サイズを選べる、③力カト部分の特殊なバネが力カトをつぶれにくくしている等お勧めポイント多数。ぜひもっと多くの方にご紹介したいと思いメーカーさんに相談、下記のとおり試着会を開催が決定しました。

ご希望の場合、お越しいただける日時をお手数ですがご予約下さいね。(期間中通常営業していますのでお待たせせずにご説明・ご試着するためにご予約をお願いします)



↑ アンクルブーツタイプ
¥30800
サイズ:22.0～25.5 cm
ブラック、ブラウン、
マッシュルーム(ヌバック)
両サイドはゴム+ベルト付き
履くとわかる脱げない感覚。
ぜひご試着ください。

オーソーフィート 試着会

期間:2025年10/17(金)～11/1(土) 営業時間内・当店にて

*期日内に定休日があります。営業日は本紙 P4 でご確認下さい。

*ご予約は通常どおり当店のメール、電話、公式 LINE で！

各アドレス等はこのページ上段『3.秋よ来い～』欄でご確認を！

*この靴は細幅さんより普通～ゆったり幅の方にお勧めです。

*全デザインの全色全サイズはご用意できないので、レディース 22.5～25.5 cm相当、メンズ 25.5～26.5 cm相当の靴を最低各1足、基本となるデザインをご用意しています。

*ご購入の場合は後日お渡しになります(新品をご用意します)

*他のデザインのお取り寄せも承ります。

*靴下をお持ち下さいね。



↑ ローカットメッシュタイプ
¥24200
サイズ:23.0～25.0 cm
ブラック
甲部分は Z マジックベルト

② 前号予告分、入荷しました！

— やや細～普通 —

(SuperFit スーパーフィット : オーストリア)

前号で秋冬入荷予定としてご案内していましたスーパーフィットのアンクルブーツ 1 点、ローカットは 2 点がそれぞれ入荷してきました。

子ども靴のブランドですが、やや細幅の方にお勧めです。

3 点ともファスナー付き。在庫数が少ないのでご来店前にお問合せを！



↑ ¥19360
ブラックレザー
内側にファスナー
あり、靴底に★印
あり サイズ: 約
23.0～25.0 cm



↑ ¥23430
ホワイトレザーで内側は防
水素材(GORE-TEX)仕様、
側面に★印、
カカト周りはレオパード柄
サイズ: 約 23.0～25.0 cm

↑ ¥27610
ブラックレザーのアンクルブーツ
内側は防水素材(GORE-TEX)仕
様、靴底にはリボンと♡マーク
サイズ: 約 23.0～25.0 cm

③ タウンで履きたいアウトドアシューズ



— 普通～ややゆったり幅 —

(LOMER ロメール : イタリア)

ロメールから初紹介のデザインです。

靴底はアウトドア系ですが、甲部分が2色遣
いでカラフル。タウン履きにも最適です。



¥35200
起毛(スウェード)タイプ、防水吸湿性の素材を使用、紐は2色付属
サイズ: 約 22.5～26 cm 写真はライトグレー/ローズピンク
展開色は写真以外にも複数、カタログよりお取り寄せ対応になります



④ 子ども靴 (biomecanics: ビオメカニクス スペイン)



¥9900～ 普通幅
約 15 cm～
展開色: ピンク、カ
ーキ、ネイビー

4. お知らせ

諸般の都合により以下のとおりとなります。よろしくお願いします

その1. 取り扱いブランドについて

現状を鑑みて下記のとおりとなります

取り扱い復活ブランド

* MBT(元祖ローリングシューズ)

取り扱い終了ブランド(お修理は継続！)

* Patorick パトリック(カジュアル靴)

* durea ドゥレア(婦人靴)

取り寄せ対応のみへ変更のブランド

* Superfit (子ども靴)

* アシックス上履き (子ども用)

その2. トータルチェック料改定

初のご予約来店日が 2026 年 1 月以降より

足と靴のトータルチェック料を現在の

¥3850 → ¥4950

へ改定させていただきます。

*これまでの足と靴のチェックに加え、その方に必
要と思われるお体のアドバイスをします。

* ご紹介・ご家族割引(ご家族割引は同一所帯のみ
対象)は継続します。P4 面をご参照下さい

* 再チェックは無料を継続します。

5. 再チェックご案内方法と ご紹介券について ≪再掲≫

2025年5月以降、以下の2項目について変更しましたが再掲します。

①再チェックのご案内方法について
ハガキは廃止し、当面の間、こちらの通信配達時にご案内を同送します。再チェックを継続しておられる方は次回の再チェック時期をご来店時に口頭でお伝えしています。メール・LINEをご登録の方にそれらを通じて今後ご案内していく予定です。

②ご紹介券(当店発行の商品券1000円分)のご利用条件の一つ、現金払いでの1000円以上のお支払いの時のみに限ってきましたが、5000円以上のキャッシュレス決済の際に割引額500円としてお使いいただけるようになりました。ご紹介券についてまたその利用条件等お問合わせは店頭まで。

~ひとりごと~

この猛暑の中、ご来店くださった皆さんから伺ったお話で圧倒的に多かったのが「万博行きました！」というもの。

- ・普段は3000歩/日ほどなのに万博では1.8万歩も歩いてた
- ・人気のパビリオンに奇跡的に短時間で入場できてラッキー！
- ・通期バスで月に2~3回は行っています 等々

万博には興味がなかったのですがいろんな話を聞いたこと、日帰りできる万博開催はこの先ないだろうと改心し、手配できたチケットは9/29の12:00入場分。激混みは覚悟の上です。

当日、環状線のホームは同じ行き先の人でいっぱい、乗り換えた中央線では真っすぐ立てないほどの更なる混雑で、遠い昔、大学通学で乗っていた御堂筋線・朝の殺人的なラッシュを思い出しました。

でもその状態で最寄り駅手前になると車内にはコブクロの万博の歌が流れだしディズニーランドを彷彿させる、気持ちを高める演出！

東ゲート前に着くと臨時で西ゲートからも入場可とわかりそちらへ歩いていたら今度は突然の豪雨でビッショビショ。やっと入場したらとにかく想像以上の人でもう流れに乗って歩くしかなく笑。

パビリオンには一つも入れませんでしたがそれも想定内、その分大屋根リングの上をグルグルしながらパビリオンの建物や景色を見て楽ししました。風にふかれて気持ち良く、服も乾いて。

もっと早く行けば良かったと思いつつ滞在4時間ほどで帰宅。
家で確認したら私、なんと24524歩、歩いたらしいです笑。（り）

10月							
日	月	火	水	木	金	土	日
			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		

11月							
日	月	火	水	木	金	土	日
						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							

12月							
日	月	火	水	木	金	土	日
		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	1/1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10	

*定休日:上記の赤地(毎月曜・日曜+α) *営業時間:10:00~18:00(祝日と日曜営業日は17:00まで)

*専用駐車場はございません。近隣のコインパーキングをご利用願います。 2026年は1/6(火)から営業いたします♪