

非対称型 プレストレス式・着圧・加圧・変圧 カスタムソックス 使用説明書（着用のルール）

1. 本品は着圧式ですので、まず履きにくいことをご理解ください。

本品は履きにくいソックスですが、本品を履くための動作そのものが手指や足指の運動やリハビリ、あるいは脳への刺激、手足の握力の向上、血行促進の目的がありますので、あきらめずに根気よく本品を履くための努力をしてくださるようお願い申し上げます。

2. 身体は柔構造（しなやかな構造）であるため、もともとグニャグニャして筋力や骨密度が低下すると全身は複雑にラセン状に歪み、姿勢の前傾もしくは脚力の低下により骨盤が前傾してO脚が顕著になります。つまり人体は左右対称ではありません。本品は「人体は左右対称ではない」ことに着目した、**おそらく世界初の左右対称ではないソックスであり、プレストレス式(圧縮・引張)の着圧・加圧・変圧ソックス**です。

本品を着用することで下肢の筋肉を束ねられ、筋力が横に逃げにくくなり、さらに下肢の靭帯を補強することで股関節や骨盤を正しく支えるメカニズムが作られます。

これにより股関節や骨盤の歪みを補正し、恥骨結合のズレを補正して、内臓を正しい位置に戻す効果が生まれます。

特に股関節は不安定な関節であり、股関節は骨盤と骨盤の中にある内臓を支えており、恥骨結合の歪みと密接な関係があると共に、恥骨結合は顎関節と連動しています。

従ってこれらの関節を別々に補正することはできません。

つまり揺れ動く身体と動揺する骨盤は、揺れたままアライメント（関節配列）を保ち、揺れたままバランスを取るしかないこととなります。

人はもともと左右の脚力が異なるため、真にアライメントやバランスを保つためには、左右で着圧や長さ・素材が異なる靴下を履く必要性があります。

3. 長さ・素材・着圧・加圧等が異なるソックスや各種サポータ類・歩行補助靴下類・骨格補正タイツ等と「えこる免震中敷き」を組み合わせることで、下肢の血流を変え、左右の脚力の差異を補い、脳を刺激すると共に、伸縮する靴ひもを用いることで「ダンパー」（制振装置）となり、転倒予防効果が生まれます。

4. 本品は脚絆（きゃはん）や巻きゲートルの一種であり、左右のソックスの長さや着圧が異なるだけでなく、着用方法も「片足交互に1～2時間続けて履く」とか、「左右で一定の時差を定めて着用する」など使用方法も左右非対称となります。使用する方の歩行特性に合わせて着用方法が異なるソックスですので、必ず使用方法を守って着用してください。

5. 本品は歩行による外出やウォーキング（早歩き）・各種スポーツ・登山等に使用可能ですが、**1回の使用は2時間から3時間にとどめ、連続使用しないでください。**

皮膚がかぶれたり、脳を刺激し過ぎて不快感が生じることがあります。

6. 本品は従来使用していなかった筋肉や靭帯を使ってダイナミックな歩行を実現するため、しばしば筋肉痛や疲労感等が起きることがあります。

7. 本品は筋肉を束ね、骨盤を支えるための土台づくりをめざす「ウォーキング用ソックス」ですが、下肢の血液を心臓に送り返す機能があるため、着用することで運動量が増加して心拍が強くなったり、心拍が増加することがあります。

心臓に重い疾患がある方は本品を使用しないでください。

8. ふくらはぎを圧迫した場合、脳血流が増加するため、個人差がありますが軽い頭痛が起こることがあります。脳に重い疾患がある方は本品を使用しないでください。

9. 風邪や発熱など体調不良が感じられるときは本品を使用しないでください。

10. 皮下の疾患・皮下の炎症・重い血管障害・高血圧で降圧剤を服用している方、下肢の湿疹、皮膚潰瘍、水虫等の感染症がある方は症状が悪化することがありますので、そのときは本品の使用を停止してください。

また、履き込み口の折り返し縫い部分が「ゴムひもアレルギー」を引き起こすことがあります。肌が過敏な方は本品を裏返しにして着用してください。

11. その他、異常や違和感を覚えたときは本品の使用を中止してください。使用中、もしくは使用後に気分が悪くなったときは担当の歩行改善士に相談してください。
12. 本品を二枚に重ねての着用および類似品の重ね履きは禁止します。
13. オープントウ（つま先がないソックス）は巻き爪の予防を目的としております。オープントウを着用するときは、お手持ちの五本指靴下を重ね履きすることをお奨めしますが、五本指靴下は足の爪を圧迫しないものを使用してください。きつい五本指靴下やソックスの着用により巻き爪・陥入爪になることがあります。
14. 歩かないで1時間以上経過したときは、必ず本品を脱いでください。静止したまま着用を続けると、下肢の血行が悪くなる場合があります。
15. 本品は就寝時に着用しないでください、就寝時は使用厳禁です。
16. 本品は医療目的・治療目的に使用しないでください。
17. 手足の肌荒れ・皮膚のひび割れ・爪割れ・ささくれ等があるときは本品の繊維が皮膚や爪に引っかかる場合があります。肌荒れ等があるときは、手袋をはめてから本品を着用してください。
18. 着圧・加圧式スパッツ（タイツ）は歩行時に筋肉等に負荷を掛ける役割ありますので、疲労感が強まる場合があります。必ず定められた着用時間の制限（1～3時間）を守ってください。
19. 本品は幼児の手が届かないところに保管してください。
20. 本品は乾燥機・アイロン・電子レンジ・ストーブ等を用いた乾燥を行わないでください。
21. 本品は洗濯用漂白剤の使用を禁止します。また洗濯すると多少縮むことがあります。

※本品は製造メーカーが想定している着用方法と著しく異なる使用方法を歩行改善士の判断によりアドバイスしていますので、製造メーカーの「タグ」や品質表示を除去しています。

本品の品質表示・素材・生産国等は下記のとおりです。

【品質表示】

素材：ナイロン・ポリウレタン・ポリエステル・綿
 生産国：日本・中国
 サイズ：M・L・LL（男女共用）



購入方法

1. はじめに黒い片足ソックス@1, 680円（税込み）を購入してください。
 この黒い片足ソックスは「お試しコース用」で1～2週間試し履きしてください。
 その結果が良好であれば次の段階に進みます。
 最初にお渡しする履き捨ての非対称ソックスは、縦方向のプレストレス重視の「お試し用」ですが、繊維のほつれが生じます。
2. サポートコース
 「お試しコース」から「サポートコース」に進むと、歩行改善士の指導に従って左右で長さや圧迫力が異なる非対称ソックスを組み合わせ1～2週間ウォーキング等に実際に使用してみます。サポートコースの片足ソックスは@2, 100円です。
3. 非対称ソックスの使用方法を体得したら、歩行改善士と相談・連携しつつ最も自分に合った組み合わせ方法や着用時間等を模索しながら、お客様の快適な組み合わせを方法を完成させます。（アドバイス等は無料です）