

題名「ランニングシューズ選びのポイントについて」

HRNO 3615 名前 清水花怜 担当教員:増田竜一先生

1.緒言

シューズによって走り方や負荷のかかり方が変わることがあるとされており、近年のランニングシューズは大きい速度変化に対応するために軽量化が進んでいる。どのメーカーもシューズを作るとき、フィット性やグリップ性など8つの要素を意識して作られているとの報告がある。8つの要素に関してはメーカーごとに特徴が異なるため、各メーカーのシューズの仕組みや特徴について比較し、どのシューズを選ぶのが一番最適なかを導き出したいと考えた。

また、人の足には3つの型があることを知り、それぞれの足に合ったシューズの参考にしたいと考え、深く探究することにした。

2.方法

(1)高校生を対象とし、学校で使用しているCラーニングで全校生徒にアンケートを配信し、またSNSで拡散した。9月上旬～10月23日の期間実施し、182件の回答を得た。主な質問内容は使用しているメーカー、自分の足型(エジプト型、ギリシャ型、スクエア型)、シューズ選びで一番重要としていること、困っていることの4つとした。

(2)電話やメールでミズノ、アシックス、アディダス3社にランニングシューズの製造に関することについて質問し、また、インターネットで深く調べた。

3.結果

(1)使用しているメーカーの多かった上位3社は、ナイキ(46.7%)、アシックス(18.7%)、アディダス(14.8%)となった。自分の足型は、上位からギリシャ型(58.2%)、エジプト型(39.0%)、スクエア型(2.7%)となった。重要としていることに関しては、上位から履き心地の良さ、デザイン、軽さとなった。困っていることに関しては、値段の高さ、サイズ、足幅に合わない、自分に合うシューズが分からないという意見が多かった。

(2)サイズ感が異なっている原因はラスト(靴を作るための原型)とアッパー(シューズの上部の囲われている部分の素材)の組み合わせによるものと分かった。また、3つの足型に関してはどの会社もさほど意識していないということが分かった。ミズノはミズノ(株)グローバルフットウェアプロダクト本部パフォーマンスラ

ンニング企画課松木直人さんによるとスムーズに走れるシューズを目指している。軽さやクッション

性を追求し、日本人に合うシューズを導き出した。アシックスは「Human centric science」にこだわり、人間の運動動作に着目・分析し、独自に開発した素材や構造設計技術を用いていることが分かった。ラウンド(つま先のフォルムが丸みを帯びている)とオブリーク(実際の足の指のように親指から小指にかけて斜めにデザインされた形)の独自のラストを開発していることが分かった。アディダスは耐久性のあり怪我しないものを作っている。microFITラスト(踵部分のホールド感に優れており足にタイトフィット)の独自のラストを開発していることが分かった。

4.考察

型ごとで最適なメーカーを導き出すことはできないが、エジプト型は親指が長いいためつま先にゆとりがあるシューズを、ギリシャ型は山なりになっているため比較的細めのナイキやアディダスのシューズを、スクエア型はつま先が直線的になっているため比較的広めのアシックスやミズノのシューズを選ぶと足に合うと考えられる。また、用途に応じて足に合うランニングシューズは変わるため、マラソンを行う人はクッション性にこだわっているミズノのシューズだと安心して使用できると考えられる。

5.まとめ

どのメーカーもランニングシューズを作るうえで8つの要素を意識しており、どんな足型にも合うような様々なタイプの種類のシューズを開発している。特に、ミズノはスムーズさ、アシックスは運動の動作、アディダスは耐久性を意識して作られている。そのため、自分の足が何型か、足幅がどのくらいなのかをよく知ることがシューズ選択において重要となる。また、用途によって向いているシューズは異なるため、用途に合ったシューズを選ぶことが大切だと思う。

6.謝辞

アンケートに回答していただいた方、また電話調査に御協力いただいたミズノ(株)松木直人さんに御礼申し上げます。