



## フィットフィート

足、足首、爪、皮膚、靴のチェック、歩行分析などの全般的なフットケアを行います。足や足首に問題を抱えているアスリートは多く、適切な靴選びをするために足のサイズを計測し、水虫などの皮膚病から守るためのお手入れ方法などの情報を提供しています。

## スクリーニングの参加数

男性	126名	80.3%
女性	31名	19.7%

## スクリーニングの結果

- **59.6%** のアスリートは爪に何らかの症状がある。  
(割れ、巻き爪、変色など)
- **61.8%** のアスリートは皮膚に何らかの症状がある。  
(タコ、いぼ、発赤、水ぶくれなど)
- **49.7%** のアスリートに歩行障害が見られた。
- **36.3%** のアスリートに足(下肢)の骨格異常が見られた。
- **50%** 以上のアスリートが扁平足だった。



### スクリーニングの目的:

- ・ 知的障害のある人へフットケアに関する情報を提供し、彼らの健康意識を向上させる。
- ・ 知的障害のある人の足の健康状態・ケアに関する悩みについて、足病の医療従事者の関心を高めること。
- ・ データを収集・分析をすることで、知的障害のある人の足の健康状態を明らかにし改善すること。

### 担当者の総評:

足の皮膚や爪のケアが不十分のアスリートが認められました。足の筋肉の筋緊張異常(硬すぎ・柔らかすぎ)により、足・足部・足指の変形が認められるアスリート程、皮膚や爪に異常が認められる傾向です。変形は関節の痛みや爪・皮膚の異常を誘発させるだけではなく、将来、変形の増悪により日常生活にも支障が生じる可能性があります。

その予防には、ジュニア期から適切な靴を着用し、足の清潔を保つケアをしていくことが大切です。

### お問合せ先

赤羽勝司: フィットフィート 部門  
臨床ディレクター 幹事  
E-mail : [akahane.katsushi@shitoku.ac.jp](mailto:akahane.katsushi@shitoku.ac.jp)

幡谷真澄: スペシャルオリンピックス日本 事務局  
E-mail : [son\\_program@son.or.jp](mailto:son_program@son.or.jp)