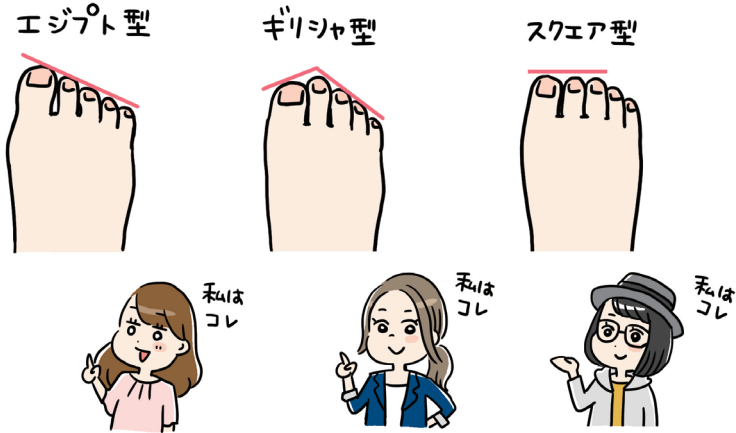


## あなたはどのタイプ？

足のタイプによって似合う靴も変わります。自分の足の形を確認し、どのタイプかを知りましょう。



### エジプト型 (→P32～)

日本人に最も多いタイプで、親指が1番長く、小指にかけて短くなっていきます。靴先のカーブが親指側に傾いている靴を選ぶのがおすすめです。

### ギリシャ型 (→P34～)

人差し指が1番長いタイプ。途中に山ができるような形なので、人差し指と中指の部分が1番長くなっている靴が向いています。

### スクエア型 (→P36～)

親指と人差し指と中指がほぼ同じ長さという、珍しいタイプ。薬指や小指が靴先に当たって痛みがちなので、つま先に余裕がある靴を選んで。

## タイプ別

## 足の形と靴の選び方

足の形は3タイプある

自分の足の特徴を知ることが、ぴったり合う靴を選ぶ近道です。足の形は、大きく分けて3タイプあります。

親指が1番長く、小指にかけて短くなっていく「エジプト型」、人差し指が1番長く、山のような形の「ギリシャ型」、親指と人差し指と中指がほぼ同じ長さの「スクエア型」です。

自分がどのタイプに当てはまるかは、どの指が1番長いかで判断しましょう。足の指が縮こまっていると足の形がわかりにくいので、指を伸ばした状態でチェックしましょう。

足タイプ別、似合う靴はつま先のデザインがカギ

自分のタイプに合う靴かどうかは、つま先のデザインがカギになります。靴を選ぶ時は、表側のデザインしか気にしないものですが、靴の裏側をチェックすると、つま先のデザインがよくわかります。

「エジプト型」に合う靴は親指側に余裕がある靴。「ギリシャ型」に合う靴は、人差し指や中指の部分が1番長くなっている靴。「スクエア型」はつま先がゆったりしていて幅に余裕がある靴がおすすめです。靴を選ぶ時は、見た目のデザインだけでなく、つま先のデザインもチェックするようにしましょう。