

## 正しいサイズ (足長)の測り方

※測る位置が分かりやすいようイラストは裸足となっておりますが、靴を履くときに着用されるストッキングやソックスなどを履いた状態で測定してください。

①②の長さがサイズ(足長)です。



### STEP\_01

測定シートのかかと部分に箱型の動かないものを置き、シートの上に足を乗せ、かかとの一番うしろを足長ベースラインに、かかとの中心を足長センターラインに合わせます。



### STEP\_02

人差し指の中心がセンターラインにくるよう、足の向きを合わせます。



### STEP\_03

一番長い指の先端と足長センターラインが垂直に交わる場所に印を付けます。



※人差し指が一番長い人は、人差し指の先端で測ります。

### STEP\_04

足長ベースラインからつま先の印まで、センターライン上を測った長さが足長になります。

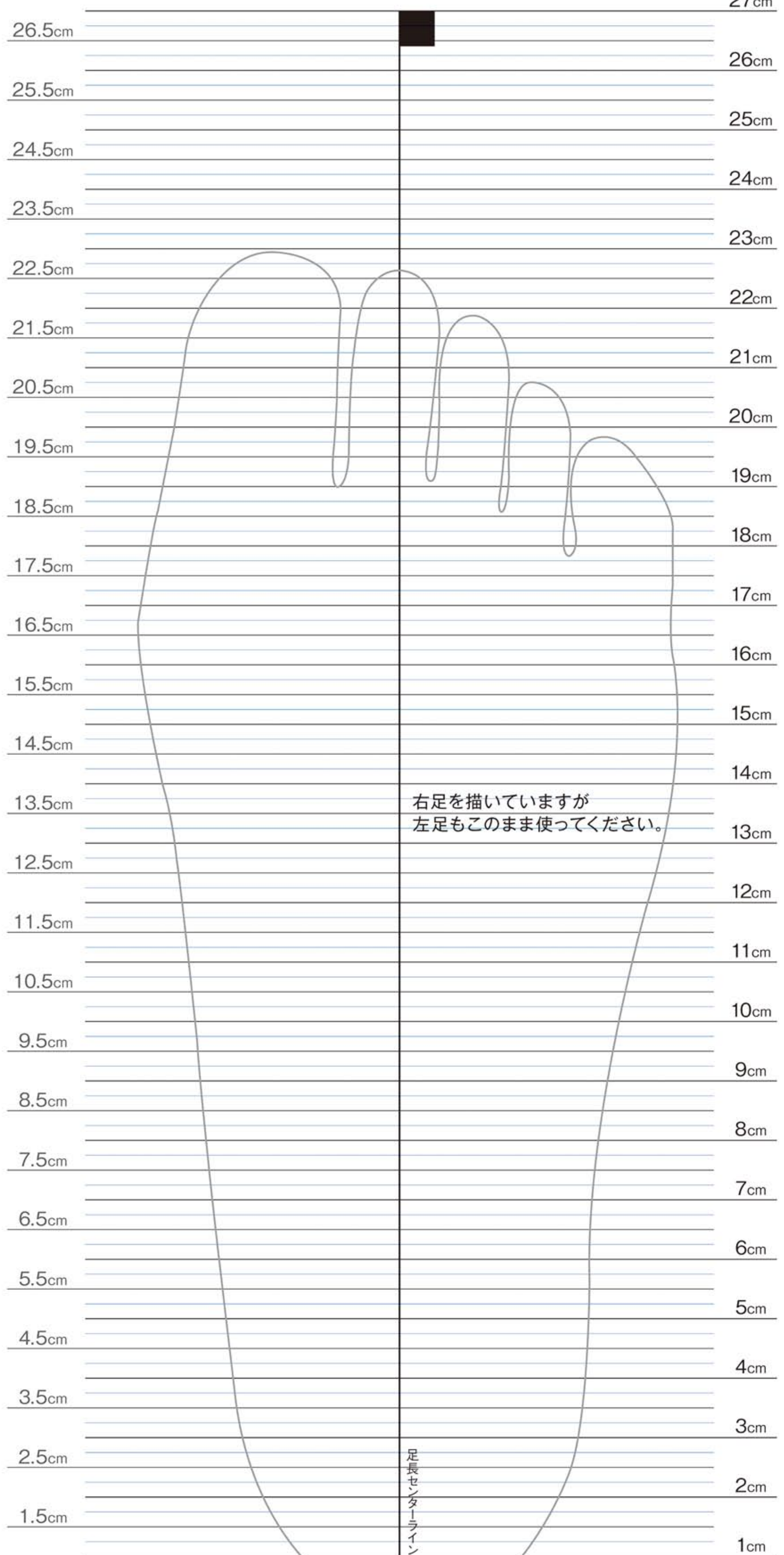


※平らな床に紙を置き、まっすぐ立って足を肩幅くらいに開き、左右均等に体重をかけてください。

※ワイズ(足囲)の測り方は、裏面をご覧ください。

## 【測定シート】

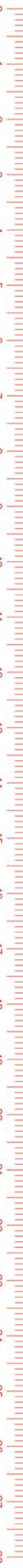
縦のセンターラインにかかとを合わせて人差し指が中心にくるように足を置いてください。



右足を描いていますが  
左足もこのまま使ってください。

←キリトリ線で  
切って足長を  
測定して  
ください。

キリトリ線で→  
切って足囲を  
測定して  
ください。





◎簡単！サイズ測定シート

自分の足の正しいサイズを知っていますか？

サイズが合わない靴を無理して履き続けていると、靴擦れ、外反母趾、扁平足、開張足・・・など足のトラブルの原因に。まずはお手持ちの靴でセルフチェックしてみましょう。

実際に靴を履いてみて、以下の4項目をチェック。1つでも「YES」に当てはまったら、サイズまたはワイズが合っていないかもしれません。

<p><b>POINT 1</b></p> <p>靴を履いた状態で足の指の形が見える</p> <p><input type="checkbox"/> YES <input type="checkbox"/> NO</p> 	<p><b>POINT 2</b></p> <p>履き口に指が入る隙間がある</p> <p><input type="checkbox"/> YES <input type="checkbox"/> NO</p> 	<p><b>POINT 3</b></p> <p>つま先立ちした時にかかとが浮く</p> <p><input type="checkbox"/> YES <input type="checkbox"/> NO</p> 	<p><b>POINT 4</b></p> <p>靴を履いた時、指先に1cm程度の余裕が無い</p> <p><input type="checkbox"/> YES <input type="checkbox"/> NO</p> 
--	--	---	--

フィッティングに関するよくあるご質問

<p><b>Q</b> サイズはぴったりなのにかかともパカパカして脱げます</p> <p><b>Answer</b></p> <p>前滑りしているか、選んだ靴のサイズかワイズが、足よりも大きいかもしれません。ワイズ調整パッドも試してみてください。</p>	<p><b>Q</b> 両足のサイズが異なります。どのサイズを選ばいいですか？</p> <p><b>Answer</b></p> <p>大きい方の足に合わせて靴をお選びください。小さい方の足にはお好みの厚さのパッドでフィッティングを調整してください。</p>	<p><b>Q</b> つま先が当たって痛いのですがどうすればいいですか？</p> <p><b>Answer</b></p> <p>かかるとに隙間があれば前滑りかもしれません。ワンサイズ大きいサイズ、または足の形に合ったトウの靴をお試しください。</p>
---	---	---

※裏面のメジャーを切り取ってご使用ください。

◎サイズ(足長)とワイズ(足囲)を測ったら  
サイズ表であなたのサイズを確認してください。

例えば サイズ(足長)がA 226mm、ワイズ(足囲)がB 224mmの方の場合、表に当てはめると、サイズ(足長)が23.0、ワイズ(足囲)はEとなり、適応サイズは**23.0E**となります。

サイズ(足長)		ワイズ(足囲)				
表示(cm)	実寸	D	E	2E	3E	4E
21.0	205~210	202~210	208~216	214~222	220~228	226~234
21.5	210~215	205~213	211~219	217~225	223~231	229~237
22.0	215~220	208~216	214~222	220~228	226~234	232~240
22.5	220~225	211~219	217~225	223~231	229~237	235~243
23.0	225~230	214~222	220~228	226~234	232~240	238~246
23.5	230~235	217~225	223~231	229~237	235~243	241~249
24.0	235~240	220~228	226~234	232~240	238~246	244~252
24.5	240~245	223~231	229~237	235~243	241~249	247~255
25.0	245~250	226~234	232~240	238~246	244~252	250~258
25.5	250~255	229~237	235~243	241~249	247~255	253~261
26.0	255~260	232~240	238~246	244~252	250~258	256~264

単位:mm

裏面の測定シートを使って今すぐチェック！

◎ベネビスのやさしい履き心地をより感じてほしいから、正しいサイズ(足長)とワイズ(足囲)を測って靴選びにお役立てください

正しいワイズ(足囲)の測り方

※測る位置が分かりやすいようイラストは裸足となっておりますが、靴を履くときに着用されるストッキングやソックスなどを履いた状態で測定してください。

メジャーを使って親指と小指の付け根の骨が出っ張ったところをぐるりと一周させた寸法がワイズ(足囲)です。



STEP\_01

裏面のメジャーを点線に沿って切り取ってください。親指と小指の付け根の骨が出っ張ったところを通るようにメジャーを沿わせます。



STEP\_02

そこからメジャーをぐるりと一周させ、軽く締め付ける程度に引っ張った状態で目盛りを読みます。指の付け根ではなく、足の指の関節の部分の測ることがポイント。



※平らな床に紙を置き、まっすぐ立って足を肩幅くらいに開き、左右均等に体重をかけてください。

正しく測るために家族や友達に手伝ってもらいましょう！



計測結果

	サイズ(足長)	ワイズ(足囲)
右	<input type="text"/> cm	<input type="text"/> cm
左	<input type="text"/> cm	<input type="text"/> cm

※サイズ(足長)の測り方は、裏面をご覧ください。