



# 爪トラブル

## 健やかで正しい形の爪こそ、足トラブルを減らす秘策

足の爪は踏ん張るときの力を増加してくれる大事な部分。しかし、硬い、厚い、変形、深爪などが原因で正しく歩行できず、結果、トラブルにつながることも多いと伴野さん。「爪・皮膚の状態を見れば、原因は一目瞭然。まずは爪を正しく整え、正しいサイズの靴を履くことが大事」(伴野さん)。関節ストレッチとテーピング付きインソール加工のオプションはヒール好きな人の爪トラブルの予防に。



足を見れば、正しくない歩き方、靴の選定、立ち姿勢がわかると伴野さん。

関節の可動域を広げるストレッチや足裏アーチをつくるテーピング付きのインソール加工で、足の悩みが劇的に解消されると人気。



店長  
伴野真希さん



### 爪切り屋 足楽 銀座店

⑨東京都中央区銀座2-11-15 SF銀座ビルB2  
☎03-6688-9766 ⑨11時～20時(土曜・祝日  
10時～18時) 予約優先 ⑩日曜 <http://as-hi-raku.jp/>  
メニュー／ビギナーコース60分 ¥6,000(初回  
限定)、インソール加工45分 ¥5,000