

B-7 長野県東信地区 A 小学校保護者の足や靴に関する認識 ～保護者の足爪トラブルと靴に焦点を当てて～

井手段幸樹、柿澤美奈子、佐藤美由紀、細谷たき子、小林睦、宮原香里、
二神真理子、坂江千寿子（佐久大学看護学部看護学科）

キーワード：足爪トラブル、靴の履き方・選び方、小学校保護者、健康教育

要旨：児童の健康な足づくりにおいては、保護者自身の足のセルフケアや足と靴への認識が重要である。本研究は、長野県東信地区に所在する A 小学校保護者の足の健康や靴に関する認識を明らかにすることを目的とした。結果、保護者の多くが足爪のトラブルを抱えていること、靴販売店で靴を選ぶ時に確認実施している内容、および日常に履く靴の平均購入金額が判明した。子どもの足の健康を守るためには保護者の知識が重要であるが、十分とは言えず、今後も保護者への教育が必要である。

A. 目的

学童期は、子どもの成長発達から生活行動のセルフケアの主体が保護者から子どもに移行する時期である。この時期、保護者の認識や生活行動が子どもへ大きく影響する。よって、足のセルフケアや靴の選定、履き方など足と靴に関する保護者の認識が、子どもの足の健康に影響を及ぼすといえる。

そこで本研究は、保護者の足の健康や靴に関する認識を明らかにすることを目的とする。本研究の結果は、児童および保護者の健康な足づくりに活かす。

B. 方法

長野県東信地区に所在する A 小学校全児童の保護者を対象にアンケート調査を行った。A 小学校から佐久大学に依頼があり、児童の「足の健診」を以前から実施している。アンケートは、二神ら¹⁾や柿澤ら²⁾の研究を参考に独自に作成し、ドイツの整形外科靴マイスターの助言を受けた。アンケートの配付は学校長に対し、本研究の趣旨、方法を口頭と文書にて説明し、協力を依頼し、同意を得た。アンケートは、研究協力者である養護教諭を経て家庭内 1 部の配付とし、担任の教員が該当する児童（一人っ子または第 1 子）から保護者（対象者）へ渡すよう依頼した。アンケートの回収は、保護者自らが返信用封筒に封入して投函してもらうことにより、調査協力

の自由意志を保障した。

倫理的配慮について、佐久大学研究倫理審査委員会の承認（承認番号：2020008）を得て実施した。

C. 結果

212 通を配付し、返信は 88 通（回収率 42%）であった。保護者の性別は男性 7 人（8%）、女性 81 人（92%）であった。

保護者の足爪トラブルは、19 人（12.2%）の保護者（n=87）が「特になし」と回答していた。一方で、最も多いトラブルは「踵など足裏の角質化（50 人、複数回答可）」であった（表 1）。

表 1 保護者自身の足爪トラブル（n=87、複数回答可）

足爪トラブル内容	回答数	%
特になし	19	12.2
踵などの足裏の角質化	50	32.1
巻き爪	17	10.8
足のむくみ	17	10.8
外反母趾	16	10.3
うおの目	12	7.7
たこ	11	7.1
小指の曲がりや痛み	8	5.1
靴ズレ	3	1.9
指の痛み	2	1.3
薄爪、爪のめくれ、しもやけ	1	0.6

保護者（n=83）が日常に履く 1 足当たりの平均購入金額は、2001～4000 円が 38 人（45.8%）と最も多かった（表 2）。

靴販売店で靴を選ぶとき、保護者（n=84）の

表2 保護者の日常に履く1足当たりの平均購入金額 (n=83)

金額	人数	%
1000~2000	5	6.0
2001~4000	38	45.8
4001~6000	23	27.7
6001~8000	12	14.5
8001~10000	4	4.8
10001~16000	1	1.2

内81人が「②靴のつま先と足の指にゆとりがあること」を確認していた（「まあまあしている」、「いつもしている」を実施とした）（表3）。

D. 考察

アンケートの結果より、保護者の多くは足爪トラブルを抱えていることが分かった。鶏眼、胼胝、靴ずれを含む角質トラブルが延べ81人と多く、靴内での足のずれによる過角質化を意味している。外反母趾と巻き爪が33人と多いことは、開張足によるアーチ低下による問題、爪の切り方の問題を示唆している。女性はむくみといった足トラブルが有意に多い³⁾とされており、本研究でも「足のむくみ」がトラブルの上位にあり、今回、対象者の92%が女性であったことが影響している。また、靴を選ぶ際に足裏アーチ形状の把握と中敷き調整を行う保護者は少ないことから、靴の選び方・履き方に課題があることが明確になった。更に、半数の保護者の日常靴の平均購入金額は4000円以下であり、足の健康を守ることと経済的な制限の課題が存在すると考えられる。

E. まとめ

学童期は、大人になった時に問題のない足を

作り出す大切な時期であり、足と靴に関しての細心の注意が必要な時期である⁴⁾。しかし、子どもの足の健康のために保護者の知識や興味関心が重要であるが、本結果から十分とは言えない。よって、保護者に対する足の健康やケアに関する意識、知識、技術を高め、靴選びと正しい靴の履き方の習慣化へ向けた教育が必要である。

F. 利益相反

利益相反なし。

G. 文献

- 1) 二神真理子, 弓削美鈴, 八尋道子, 他: 高校生の足のトラブルと靴に関する実態調査: 高校生の男女差に焦点を当てて. 佐久大学看護学研究雑誌 12 (2): 25-33. 2020.
- 2) 柿澤美奈子, 三池克明, 塩入とも子, 他: 看護・介護職の足と業務用シューズに対する意識. 第50回日本看護学会論文集 ヘルспロモーション. 63-66. 2020.
- 3) 米山美智代, 八塚美樹, 石田陽子, 他: 大学生の足や爪のトラブルとフットケアに関する実態調査. 富山大学看護学会誌 6 (2): 27-35. 2007.
- 4) 内田俊彦: 子どもの足の特徴と足の障害、靴の問題~整形外科的視点から~. 日本小児科医会報 43. 2016.

本研究は、令和2年度日本学術振興会科学研究費助成事業基盤研究 (C)「小学生の足を守るための足トラブルの発生要因と予防対策に関する実証研究 (代表者: 坂江千寿子)」の研究費を得て実施した。

表3 保護者自身が実店舗で靴を選ぶときに確認・実施している内容 (n=84)

質問項目	全くしていない	%	あまりしていない	%	まあまあしている	%	いつもしている	%
①自分の足先の形を知っていて、靴のつま先の形状が あうような靴を探して選ぶ	2	2.4	27	32.1	37	44.0	18	21.4
②靴のつま先と足の指にゆとりがある	0	0	3	3.6	55	65.5	26	31.0
③踵がしっかりホールドされている	0	0	25	29.8	43	51.2	16	19.0
④足の指のしめつけ感がない	1	1.2	9	10.7	51	60.7	23	27.4
⑤足の甲が固定できる	2	2.4	23	27.4	44	52.4	15	17.9
⑥自分の足底のアーチ形状を把握している	4	4.8	39	46.4	27	32.1	14	16.7
⑦自分の足底アーチにあうよう中敷きで調整している	29	34.5	40	47.6	11	13.1	4	4.8