



ファスナーは内側？外側？



リハビリの靴にファスナー付きのものを選ばれる方が多くいらっしゃいます。靴ひもを結びなおさず脱ぎ履きができ、適度なフィット感を得られるのが特徴です。

一般に女性用＝外側、男性用＝内側にファスナーが付いています。骨格に性差があり、動きやすさも異なるとも言えますが、どちらかといえば『女性は脚を閉じる、男性は開く』という『文化』を表しているように思います。

しかし最近では女性用でも内側ファスナーの靴を見かけるようになりました。デザイン的にファスナーが目立たないようにするため、スカートを履く女性が少なくなってきた・・・などという説があるようです。時代の流れ、ジェンダーレス・ファッションの影響もあるかもしれません。

さて、人工股関節置換術の後はどちらが良いのでしょうか？

脱臼を防ぐために膝を外に向ける（いわゆる男性的な）動作が推奨されますので、靴のファスナーは内側にあるほうが安心です。わざわざ新しく買い替えたりする必要はありませんが、これから購入を検討されている方は参考程度に覚えておいてください。

リハビリテーション科 鈴木 浩次

おまけ ～お役立ち情報～

スニーカーを履く場合はひもを結んだまま靴べらを使用すれば股関節への負担が少なくなります。しかし、“ベロ”の部分がもぐり込み、手が届かず引き出せなくなってしまうことがあります。その場合は写真のようにあらかじめひもの間から出しておきましょう。足を入れたときに“ベロ”を巻き込まなくて済みますよ。



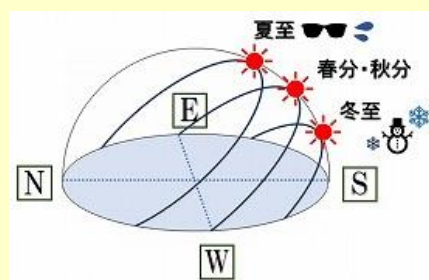
◇春分の日、秋分の日ってどうやって決まるの?!◇



春分の日は、太陽が黄経0度の春分点を通過する日です。地球が太陽の周り1周する時間は約365日と約6時間。この約6時間のズレから、毎年、春分点を太陽が通り過ぎる時間（日）にもズレが生まれるため、春分の日は固定されていないのです。

春分の日と秋分の日は、太陽の動きで日が決まりますので、日にちが決定するために次のプロセスを経ます。

- ① 2月1日に国立天文台が翌年の暦象年表を官報に公表
 - ② 閣議決定を経て、翌年の春分の日と秋分の日が正式に決定
- 計算上は翌年以降、太陽がいつ春分点・秋分点を通過するかは分かっているのですが、正式に祝日が決まるのは、翌年の春分と秋分の日までとなっています。



▼ 発行元：
湘南鎌倉人工関節センター
〒247-0061
神奈川県鎌倉市台5-4-17
電話：0467-47-2377
FAX：0467-47-2370

▼2022年2月手術件数
(単位:件)
人工股関節置換術：48
人工股関節再置換術：0
その他：0

▼ 3月外来休診日
なし