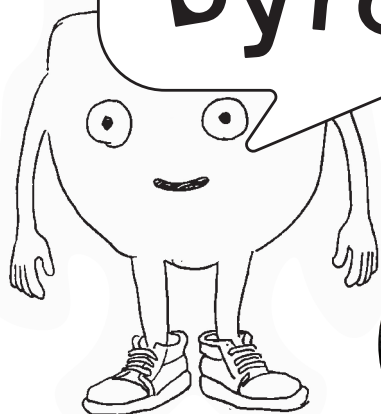




byron
around your foot

ア
ラ
ウ
ン
ド
a
r
o
u
n
d
バイロン
byron



いつもありがとうございます！
バイロン 店主のアラサキです ^_^

こんにちは！第2号は自己紹介の続きから。
大切な家族であると同時にバイロンの仲間の紹
介をします。よろしくお願いします。
あまり自撮りをしたことがないのですが、今
後は youtube でも発信していきたいので、撮り
慣れていきたいと思っております。↑上のあれ
は、若い女性がやっているほっぺたを膨らませ
て撮っているのを真似してみました。こんな感
じでしょうか。なんか違う気もしますが、慣ら
して行くことが大事なのでー。

ニクの日バイロンの日です！
アラウンドバイロン第2号2024.09.29.

vol.02

202410

アラウンドバイロン(AB)では、バイロンの近況報告と
あしとくつにまつわるお役立ち情報をお届けします
毎月29日8時29分発刊

☎042-313-8396

<https://byron.tokyo>

アラウンドバイロン10月号

MONTHLY LETTER_AROUND BYRON

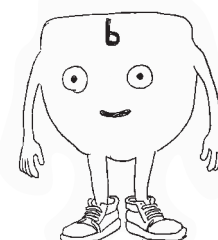
- ・自己紹介の続き
- ・令和の日本人にとって「インソール」が必要な理由
- ・11/3・4の国分寺まつりに参加決定
- ・コラム「あれ?なんの話してたんでしたっけ?」
- ・バイロンの妻マリコと文鳥うめ子と仲間達
- ・バイロンの仕事「修理:ハーフソールラバー加工」



バイロンのb! わたしたちが
バイロン アラウンドユアフットです
よろしくおねがいします

店主視点での特徴	とにかく話が長い 陰キャラ店長 独特のキレ所を持つ アラサキツヨシ(48才)	とにかくさばさばしている バイロンの精神的支柱 店主がキレ所 アラサキマリコ(47才)	とにかくかわいい♡ ザ・ADHD 独特の記憶力 アラサキケイシ(9才)
名前(年齢)	荒崎 剛 司	荒崎 真 理 子	荒崎 圭 司
通称	つーくん・ヨワシ	まりちゃん	けいちゃん
趣味	多趣味(多動/飽き性)	星野源・ゴロゴロする事	ゲーム(フォナ・ヒロアカ)
マイブーム	筋トレ(昨日から)	圭司とNetflixでアニメ	うめ子とのトーク

令和の日本人にとって
「インソール」が必要な理由



「インソール」、令和を生きる
日本人には全てあまねく
必要なです。何故って?それは...

こんにちは、バイロンの店主アラサキです。一
体いつまで続くのか? 2024 年夏の出口の見えな
さに絶望していましたが(すぐ悲観する癖です)、
秋、やって来ましたー! やった! ビバオウタム!
やっぱ諸行無常っすね! アルフォート栗味最高! ...
ふう。さて、今回はバイロンにて皆さまにおす
めしている「インソール」、その必要性について
全3回のシリーズでご案内しようと思います。

第1回 令和を生きる我々にインソールが必要な理由 『足と身体への負担について』

現代の社会生活において、足が受ける負担は想
像以上に大きなものになっています。私たちは日
常的に立ち仕事や歩行を行います、足というの
は単に体を支えるだけでなく、体全体の健康に影
響を与える重要な部位であり、足のトラブルが全
身のバランスに悪影響を与えることが少なくあり
ません。インソールの使用は、このような問題を
根本から解決するための重要かつ即時的効果を期
待できる手段となり得ます。

1. 足の役割と全身への影響

足は私達の身体全体を支える「基礎・土台」と
言えます。私たちは日々、体重を土台=足に預け
て生活しています。足の骨格や筋肉、靱帯が正し
く機能していないと、膝、腰、背中にまで影響が
波及し、結果として姿勢の悪化や、様々な慢性痛
を引き起こします。

例えば扁平足。足のアーチが崩れているため、
歩行時に適切な衝撃吸収が行えず、膝や腰に余分
な負担がかかります。(負担はいずれ痛みとなり
ます。)また、足のアライメント(28個/片足で
構成される足の骨の配置)が崩れる事で、体全体
のバランスが崩れ、長時間立つことや歩行が辛く
なります。インソールは、足が本来持つ機能を働
かせるためのサポーターであり、結果として全身
の健康維持をもサポートします。

2. 自然な地形 vs 現代の舗装路

ほんの数十年前まで日本人の多くは、舗装されて
いない自然な地形を歩いて生活していました。山
道や砂地、草原など、不規則で柔軟な地形が広がっ
ていたため、足が自然にバランスを取りながら柔

軟に機能していました。足裏にも常に様々な刺激
が入ります。こうした環境下、足のアーチや筋肉
が活発に働き、全身のバランスが整えられていた
のです。

しかしながら現代の舗装環境では状況が大きく
異なります。硬い地面は、衝撃を吸収することが
できず、足底の筋肉や靱帯に過剰な負荷がかかる
ため、足の痛みや疲労が蓄積されやすいのです。

このような環境下で、真っ平な中敷のままの靴
を履いていたなら、足のトラブルが生じるのは無理
もない事なのです。

このような環境の大きな変化に対して、インソー
ルは足の自然な機能を補う重要な道具となります。
インソールを使うことで、足底の圧力を均等に分
散し、硬い地面からの衝撃を和らげることができ
ます。“自然な地形を足元に再現する感じ”がイメー
ジとして近いのかもしれません。

結果として、足の疲労を軽減し、長時間の立ち
仕事や歩行でも快適な状態を維持できるのです。
やせ我慢はもうやめましょう!

3. インソールがもたらす効果

インソールは、単に足をサポートするだけではな
く、全身のバランスや姿勢に大きく関与します。

カスタムインソールはあなたの固有な状況に応
じたサポート(左右非対称である足の形状や、歩
行パターンに合わせた設計)を提供することで、
足にかかる負担を最小限に抑え、個別具体的な問
題に対処できます。

4. 長期的な健康維持・予防のために

インソールの使用は、長期的な健康維持にも大い
に役立ちます。足に負担がかかり続けると、関節
や筋肉、靱帯の疲労や痛みが慢性化する恐れがあ
ります。これにより、歩行が困難になったり、体
全体の動きに制約が生じたりすることがあります。
インソールは、こうした問題を未然に防ぐための
予防策としても非常に効果的です。

疲れにくく、体全体の動きがスムーズに保たれ
ることは、長期的な健康維持に直結します。

まとめ

いかがでしたでしょうか? 日本が本格的に舗装さ
れたのは1950年代~らしいです。つまり、現代
社会を生きる私達は、この『真っ平な世界』を生
きる第一世代なのです。健康に力強く生活するう
えで、適切なインソールを活用していただきたい
と、私は考えております。

さて、第2回では、バイロンで加工しております
カスタムインソールの具体的な仕組みを解説し、
足に適応した設計がどのように身体全体に影響を
与えるのかに焦点を当てます。また、冷え性改善
のメカニズムや、知覚運動インサートのような最
新技術を使ったインソールがもたらす効果につい
ても説明したいと思います。話長いですか? イラ
スト入れる余白がなくて。だんだん不安になって
きました ...。

11月3・4日の国分寺まつり @武蔵国分寺公園に参加決定！

2024年11月3日、4日は、武蔵国分寺公園にて行われます「国分寺まつり」に出店することとなりました！当日は当店で取り扱っているバウアーファインド製品の体験コーナーと、ソフトドリンクの販売をいたします。私としては、バイロンの存在を地域のみなさまに広く知っていただくことを目的としております。今は飲み物をどうやって冷やすか、調査中です。ドブ漬けて知ってます？費用は限りがあるし、どーしょ…。



コラム「あれ？いま なんの話してたんでしたっけ？」

このコラムでは、普段から余計な事ばかり良く喋る私が、映画、音楽、日々感じている事、振り返りがちな過去の思い出、フラッシュバックなどを勝手に吐露します。これにより、日々のカウンセリング時間が短くなり皆様の貴重なお時間を奪わないで済むのかもしれませんが、どうぞよろしく願いいたします。

バイロン開店一周年記念品の、お肉ホルダー（肉ホルダー）だと強いので「お」をつけてみました。私の母方の祖母のもとゑさんは、何にでもこの「お」を付ける人でした。おビール・おしょうゆ・おみそ・おりポン・お稽古とか、おフランスとか（いや、これは言ったことないか）、おはじきとか…あれ？おはじきは、おをとると急に北野武風味になりますね。

あつ私、浅草の手ぬぐい屋さんでバイトさせてもらっていた時に寺島進さんとお話した事があるんですよ！眼圧…じゃないや、眼力（ギラギラっていうかグギラグギラって感じ）が凄まじかったのですが、めちゃくちゃ良い方でしたね。なるほど…って何が。



お肉でつながる、バイロン友の会会員のみなさま



というわけでお肉ホルダー。みなさま概ね温かく迎え入れてくださってありがとうございます。

その場で付けて行ってくださったり、インスタで見てこれは売ってるの？とお問い合わせをくださったり、トラウマがあってビジュアル的に無理です…など、様々反応してくださって嬉しいです。

ぜひこれはですね、身につけておいていただいて、お友達にギョッとされたり職場で二度見されたりして、話のタネにして笑ってくださいますと幸いです。

でも、意外と付けていると違和感ないんですよ。不思議と。肉以外には見えないんだけど。どちらかというと草食系のバイロンのお客さま（※店主身勝手統計）が付けているのが、これまた良い感じなのではないかと。歩行分析でもそうですが、なんでもバランスなんだよなーなんて。

ちなみにですね、ご存知の方もいるかと思いますが、バイロンの妻マリコこと、まりちゃんは菜食なんですよ。強い信念とか主義主張があるわけではないのですが（あるのかもしれないが）、とにかくゴリゴリの草食系なんです。そんな極草（キョクサと読みます）のまりちゃんが、草食系のイメージとは対局的パーソナリティである事は、その内にみなさん気がつく事でしょう。

ちなみに私は肉が大好き（というかなんでも良く食べます）なんですが、知っての通りの感じでして、まあ、当たり前と言えばそうなんですが、食べ物だけが人格を決めるわけではないという…。

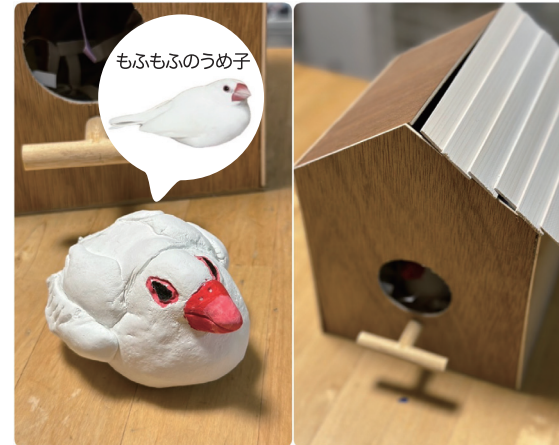
そんなお肉を食べないまりちゃんが、息子ケイシ誕生をきっかけに、味見できない肉料理を作ることになるんですが、その話はまた今度。

ところで、お祖母のもとゑさんなんですが、名古屋で喫茶店を営んでおりました。祖父の光三さんと二人で開業したそのお店は、名城大学の近くで営まれており、朝はモーニングを食べに来るアカデミックな雰囲気のお客で賑わっておりました。戦前・戦中・戦後で2度改名しながら沢山のお客様に愛されたそのお店の3つ目の店名こそ「純喫茶バイロン」。クラシックが流れ、タバコのヤニで焦茶に変わった漆喰の壁…私が大好きだった場所であり、勝手に名前を拝借した憧れのお店なんですよー。



バイロンの妻マリコと 文鳥うめ子と仲間達

このコラムでは、妻のまりちゃんが日々のバイロン周辺での出来事を写真と共に伝えます。



ケイシの夏休みの自由研究は、木工+紙粘土の工作が定番に。（毎年夏の楽しみの一つ。特に私（店主）が。）

バイロンの仕事 vol.02 「靴修理：ハーフラバーソール加工」

これが
ホントの

このコーナーでは、バイロンで行われている、あしとくつにまつわるお悩みを解決するための様々なお仕事の紹介をしていきたいと思います。

【ハーフラバーソール加工とは？】

靴底の前半部分に薄いゴム素材を貼り付け、耐久性とグリップ力を向上させる技術です。特に革靴に有効で、日常的な摩耗や雨の日の滑りやすさから靴を守り、寿命を延ばす効果があります。※革は濡れると強度が急激に下がるんですよ！※なので、長く愛用したい靴にはおすすめです。



前職（百貨店内店舗）では、ハイブランドの靴（hermes はじめ様々）のハーフラバーソール加工を¥6300/-1足で承っておりました。バイロンでは半分の料金（¥3300-）で加工しております。使用マテリアルも技術者も同じで、場所だけが違います。これはお得なのでは？笑

いつもバイロンをご利用いただきありがとうございます。
最近のバイロン靴ケア商品を並べてみたりサポーターを見やすくしたりとお客様が手にとって見ていただけるよう店主が棚を作りポップを書いたり色々とお店らしくなるようがんばってます。
ただ靴ケアに関しては靴クリームなどありとあらゆるケア方法があり全ての靴にはこれ！というものは無くこの靴はこのクリームだけどこの靴は状態があーだからこれとこれが必要でと話が長すぎてめんどくさいので。店主に任せるのが1番時短かつきれいな靴になります（笑）
本話が長い！
長い話がお好きな方は大丈夫です。
私はもうお腹いっぱい（^o^）

おまけ
夏休みの自由研究
息子はうめちゃんのセカンドハウスと
うめちゃんフィギュアを作りました～

9:14

ハーフラバーソールのメリット・デメリット

1. 摩耗を防ぎ 2. 靴底を長持ちさせ 3. 滑りにくくなるメリットの反面、実はラバーを貼ることによって、レザーソールの持ち味である独特の履き心地の良さにネガティブな影響が出る（最悪の場合靴が脱げるようになってしまう）という、デメリットも起こり得ます。そこで…

ここが！バイロンのこだわり

バイロンでは、足指の付け根の関節（MP 関節といいます）の位置に合わせて予めレザーソール部にスリット加工を施すことで、履き心地に大きな変化が起こらないよう、むしろ履き心地が改善されるように工夫しています。カウンターで受注して、ただ貼ってお返しするだけ。では実はまずいのです。



ハーフラバーを貼る前に、ソールにスリットを入れ、踏み込みやすく加工しておきます。

新品にはおすすめしません…などと適当なことを言うお店もあるようですが、履き心地よく調整してから加工しますので、大丈夫ですよ。

