

## 軽い靴を履きませんか？



村井俊治

高校時代の友人である山本君が神楽坂で「オザキヤ」と言う靴屋をしています。山本君が言うには、個人商店で靴屋をしている店は本当に少ないそうです。自分の土地と店を持っているからできるのだと言います。私が履く靴は「オザキヤ」で買います。買うときの条件は、厚底の軽い靴です。後は山本君に任せて言われるままに買っています。昔ながらの革靴は重くていけません。大体靴を磨かなければなりません。厚底の軽い靴は、どういうわけかピカピカの靴でなく、バックスキンなど磨かなくて済むのが多いです。スポーツシューズやウオーキングシューズより軽い靴を買います。

なぜ厚底の軽い靴が好きかといえば、楽だからです。電車の中で立っていても辛くないです。躓いたり、転んだりすることが少ないです。疲れません。その代わりフォーマルな感じはしません。定年になり、格好をつける必要は無いわけですから、安全で快適な靴が一番です。年をとると3センチメートルの段差でも躓くと言われます。転んで骨折をして命取りの引き金になった話は沢山あります。腰腸筋が衰えると足が上がらないと言います。腰腸筋を鍛えるには、自転車を漕ぐのが良いと言われます。腿を上げる運動が必要です。軽い靴を履いていれば、腰腸筋が多少衰えていても大丈夫でしょう。

私は変なクセがあって、仕事先では靴を脱いでいます。会議のときも靴を脱ぎます。靴を履いたままだと疲労が溜まる感じがします。足が蒸れるのが嫌いなこともあります。会議中にはだしの足を伸ばすと向い側の人から見えるようです。会議が終わったあとに、「靴を脱いでいたでしょう」といわれたことは何回もあります。こんなときに、軽い靴は実に脱ぎやすく履きやすいです。着脱しやすくするために、靴のヒモを緩めに結んでいます。靴ベラを必要としません。ちゃんとした革靴でヒモを緩めて歩くと、靴が脱げそうになります。その点軽い靴はヒモがゆるくても足になつきません。

軽い靴でも女性がかいている「突っ掛け」のような靴は嫌いです。階段を下りる時カタカタと甲高い音を発します。ヒールが細くて硬く、おまけに踵を固定していないからです。つい、「うるさい！」と怒鳴りたくなります。ペタペタという草履にしてくれたらと思ってしまいます。

私は靴底が擦り切れて、穴が開くまで履ききります。2足か3足しか靴を持っていません。足に馴染んだ軽い靴は、容易には捨てられないです。儀礼用の靴を1足持っていますが、年に数回しか履きません。あとは、軽い靴1足が私の日常を支えてくれます。みなさん、軽い靴は楽ですよ。

