

ランニング・シューズの選択法と使用限度の決定法に関する研究

研究代表者 東京工業大学 田中 克昌
 解説 宮本 武明

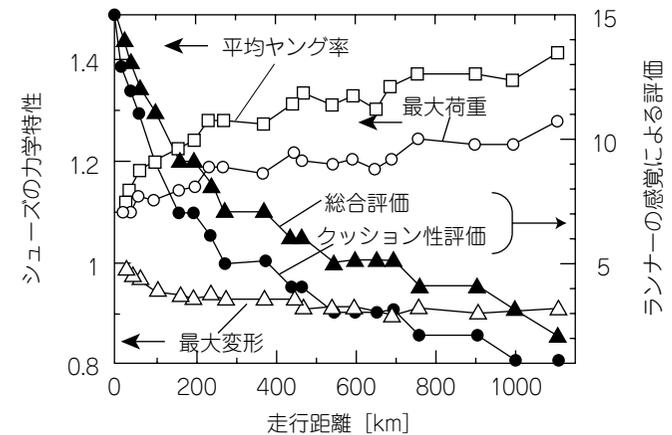
われわれ一般人の場合、ランニング・シューズの使用限度は、使用者の感覚によって決めています。競技者の場合は使用限度を越えた古いシューズを使用していると、記録の低下や傷害の発生を招くことに直結します。したがって、使用限度の判断基準となる相対的な指標が必要です。

この研究は、ランニング・シューズの緩衝特性がシューズの性能評価として重要であることに着目し、シューズの走行距離と緩衝特性、並びに人間の感覚による官能評価との関係を検討したもので、

- (1) 走行距離の増加に伴うシューズの緩衝特性の低下に関係するパラメータとして平均ヤング率と最大荷重値が適していること、
- (2) ランナーによるクッション性などの官能評価の低下は、平均ヤング率および最大荷重の増加と良い相関関係にあること、
- (3) ランナーが判断したシューズの使用限度は、走行距離よりも上記の力学的パラメータに左右されること、などを明らかにしています。



感覚と正確なデータでランニングシューズの使用限度を決めよう



シューズに対するランナーの感覚による評価の低下は、シューズ緩衝特性を示す最大荷重や平均ヤング率の増加の割合が大きいほど大きく、一定の相関が見られた。