

ドイツ式フットケアで 足裏ツルツル美人に

あたたかくなると、足元も軽快に。「足裏、きれいにしませんか？」という誘いに乗って、今月は都内にもまだ少ない、ドイツ式フットケア「フスフレーゲ」が体験できるサロン「フットブルー」におじゃましました。

足ケア文化が発達しているというドイツの器具・機械を使って、足裏の角質除去・爪のお手入れをしてもらえる。日本ではまだ珍しい、特殊ワイヤーを使って、痛くない巻き爪矯正にも応じてくれます。代表の西谷裕子さんは、オランダ南部で大学講師をしていたときに「削る」仕事に魅せられ、今の世界に入ったのだとか。整体やアロマセラピー、リフレクソロジーにも精通したパワフルウーマンです。「顔がキレイでも、足裏が悲惨な人、結構いますよ」と苦笑いの西谷さん。

体験したのは45分6300円のコース＋角質除去のトラブル処理（オプション

2100円）。まずは爪や角質の状態をくまなくチェック。両足小指の付け根あたりに円形に硬くなってしまった角質（タコ？）と、爪の厚みや段差をズバツと指摘いただきました。「3.5センチ以上のヒールを日常的に履いている人は、土踏まずのアーチが高くなり、足指に負担がかかります」。ちなみに、足裏にとつて最もヘルシーなのは「ピーサンで砂浜を歩き回る」生活だとか。

アロマフットバスで角質を柔らかくしたら、硬くなった角質をグイグイ削る。「クレド」という野菜の皮むき器のような器具を使って、どんどん削られる。熟練の技で痛みはなし。あつという間に硬い部分が平らに！爪をはさみ状の器具で切り、電動器具を使って表面を研磨。「表面を磨いておくと、乾燥の予防にもなるんです」。

一番感動したのは、専用器具で爪と指の間に入り込んだゴミを掻き出すステックプー。ああ、我が家にも一本ほしい……。最後は「レデューサー」というセラミック製のやすりで、足裏に磨きをかける。「軽石など硬い素材でこすると、かえって角質が硬くなることもあります」。仕上がりはツルツル・ピンク色の赤ちゃん足裏に！思わず何度も触っちゃう。膝下をマッサージしていただき終了です。下着と同じで見えないところだからこそ、美しく。大人の身だしなみです。