

# 災害用の靴

運動靴 持って  
なかったから  
災害用に買ったの

ガラス片とかがれきの  
中を歩くんだろ  
それで大丈夫か？



理想は  
登山靴のような  
丈夫な靴  
ですが

高いのでふだん履かない人は  
運動靴に  
踏み抜き防止インソールを  
入れるだけでぐっと安心  
になります  
(おまけに安い！)



防水 →



足首まで  
↓ 保護



丈夫な靴底

インソールって  
なに？

中じきの  
ことだよ



水の中を歩く  
ときは長靴と  
思いがちですが  
やはり運動靴で！

中に水が入ると重くなる  
ので動けなくなったり、  
長靴が脱げて流されたり  
します



足腰も丈夫で  
ないとねえ

うん

