

暑さや外出機会が増える夏、実は“足”が疲れていた！？ TENTIAL夏の疲れに関する調査を発表

調査人数のうち27.6%の方が夏に足元の疲れを感じやすいと答えた一方、サンダルには疲れやすい・クッション性がないといった悩みを感じていることから、夏の足元ケアの重要性が明らかに。



健康に前向きな社会の実現を目指し、コンディショニングブランド「TENTIAL（テンシャル）」を展開する株式会社TENTIAL（所在地：東京都品川区、代表取締役CEO：中西裕太郎、以下「テンシャル」）は、夏休みシーズンにおいて“夏の疲れ”に関する意識調査を実施しました。

本調査では、夏場の足元に対する疲れや不快感、さらにはサンダルに関する悩みを多くの人が抱えている実態が明らかになりました。その結果、夏に他の季節よりも疲れを感じやすい方が全体の7割近くを占め、その中でも足元の疲れを感じている方が3割近くと、全身のだるさの次を占め、夏場に足元への疲れを感じる方が多いことがわかりました。また、夏の定番アイテムのサンダルを着用される方が半数以上いる中、「足が疲れやすい」、「クッション性がない」など既存サンダルへの悩みを抱えていることもわかりました。

近年では、夏場の気温がかなり高くなっており、移動への悩みが多くなっています。その中で特に重要となっている体の部位が“足”となります。足元への疲労が蓄積しやすい一方、十分なケアができていない方が多い中、足元ケアの新習慣として、履くだけで足を労わるリカバリーサンダルへの期待が高まっています。TENTIALでは、適度なクッション性とアーチサポート構造で、足の負担を軽減するサンダルを販売しています。足元疲労の悩みが多くなる夏にぜひ、TENTIALのリカバリーサンダルを試してみませんか。

● 調査結果サマリー

・夏の足疲れ、実は“感じている人”が7割近く

→ 夏は気温や活動量の増加により、**69.7%の人が足の疲れを実感**。また、夏に感じやすい身体の不調として「**足元の疲れ**」は**27.6%**で、肩（20.9%）や頭・腰（各20.1%）を上回り、全身のだるさ（65.7%）に次ぐ**2番目に多い症状**でした。

・疲れを感じるシーンは「立ち仕事」や「通勤」など日常に潜んでいる

→ 「足をよく使っている」と感じるのは、「**立ち仕事**」が**42.9%**（115件）、「**通勤**」が**32.8%**（88件）、「**レジャー・アウトドア**」が**29.9%**（80件）となっており、通勤・仕事・家事など日常の中で足が酷使されていることがわかります。

・サンダルの着用者は多いが、機能に満足していない人も多数

→ 夏に「**サンダルをほぼ毎日、もしくは週に数回以上履く人**」が**57.5%**と半数以上が夏場にサンダルを着用する中で、「**疲れやすい・クッション性が足りない**」など、サンダルが、疲労への悩みの種、また、**疲れの原因**となっている可能性があることがわかります。

・足の疲れに対して、「ケアしたい」気持ちは8割以上ではあるが、実行している人は2割未満

→ 「足元ケアの重要性が増していると感じるか？」という問いには、**82.5%**が「**感じる**」と回答したことに対し、「足の疲れやむくみを感じたとき、どんなケアをしていますか？」という問いに、「**サンダルなど履き物を変える**」と回答した方は、**17.5%**（47件）と“意識はあるが行動には移せていない”というギャップが明らかに。手軽な足の疲れに対するケアを必要としている方が多い。

・サンダルに求めるのは「おしゃれ」より「機能性」

→ サンダルを選ぶ際の重視ポイントでは、「**快適さ**」が**65.3%**（175件）、「**疲れにくさ**」が**63.8%**（171件）、「**デザイン性**」が**49.6%**（133件）と、「履き心地・疲れにくさがデザインより重視されている」傾向が明確になっています。さらに「**クッション性**」が**66.4%**（178件）、「**アーチサポート**」が**54.1%**（145件）、「**リカバリー機能**」が**53.4%**（143件）といった“足を労わる機能”に対する期待も高くなっていることからリカバリーサンダルへの需要の高さが伺えます。

【調査概要】

調査方法：インターネット調査

調査期間：2025年7月

調査対象：TENTIALCLUB会員（n数=267）

実施機関：株式会社TENTIAL

● TENTIALでは足元の負担を軽減できるサンダルを6種類も展開

TENTIALのサンダルシリーズは、ライフスタイルや身体の状態に合わせて選べる、2つの機能性モデルをご用意しています。足の本来の力を引き出すことを目的とした「Conditioning Sandal」、そして、適度なクッション性と安定性で至福の気持ちよさを追求した「Recovery Sandal」。どちらも、ただ履くだけで、日々のコンディショニングをサポートする一足です。

「Conditioning Sandal」

足本来の機能を引き出すことで、身体全体のバランスを整えることを目指した一足。TENTIAL独自の特許技術「キューバイドバランス理論」により、足裏の中心にある“立方骨”を押し上げてアーチを形成し、足指までしっかり使えるようにサポートします。現代人に多く見られる“浮き指”への対策としても注目されており、姿勢の乱れや肩・腰への負担軽減にもつながります。外出機会が増え、足を酷使する夏に、TENTIALのサンダルが足元からサポートいたします。

「Recovery Sandal」

足の重さや靴の締め付けから解放されたい日常の足に、心地よい休息をもたらす設計。

適度なクッション性と、土踏まずを持ち上げるアーチサポート構造により、足裏への負担を軽減しながら、歩行時の安定性もサポートします。室内やオフィスでの使用はもちろん、運動後のリカバリータイムやちょっとした外出にもぴったりで、忙しい毎日に、至福の履き心地を提供します。

Recovery Sandal Flip flop



【製品仕様】

製品名	: Recovery Sandal Flip flop
カラー	: Black、Beige、Silver、Pink、Green （計5色展開）
サイズ	: 2XS / XS / S / M / L / XL / 2XL ※カラーによっては、サイズ欠品などあり
素材	: EVA
価格	: ¥7,920（参考価格、税込）
販売場所	: TENTIAL公式サイト、主要ECモール、一部量販店など

※各店舗の販売状況は公式サイトからご確認いただけます。

Recovery Sandal Slide



【製品仕様】

製品名	: Recovery Sandal Slide
カラー	: Black、Beige、Saxe-blue、Silver、Blue、Pink （計6色展開）
サイズ	: 2XS / XS / S / M / L / XL / 2XL ※カラーによっては、サイズ欠品などあり
素材	: EVA
価格	: ¥7,920（参考価格、税込）
販売場所	: TENTIAL公式サイト、主要ECモール、一部量販店など

※各店舗の販売状況は公式サイトからご確認いただけます。

Recovery Sandal Strap



【製品仕様】

製品名	: Recovery Sandal Strap
カラー	: Black、Black×White、Gray、Blue （計4色展開）
サイズ	: 2XS / XS / S / M / L / XL / 2XL ※カラーによっては、サイズ欠品などあり
素材	: 本体素材 合成繊維、底材 EVA
価格	: ¥12,980（参考価格、税込）
販売場所	: TENTIAL公式サイト、主要ECモール、一部量販店など

※各店舗の販売状況は公式サイトからご確認いただけます。

Recovery Sandal Warm



【製品仕様】

製品名	: Recovery Sandal Warm
カラー	: Black、Black×White、Pink、Blue、Saxe-blue (計5色展開)
サイズ	: 2XS / XS / S / M / L / XL / 2XL ※カラーによっては、サイズ欠品などあり
素材	: 本体素材 合成繊維、底材 合成底
価格	: ¥8,712 (参考価格、税込)
販売場所	: TENTIAL公式サイト、主要ECモール、一部量販店など ※各店舗の販売状況は公式サイトからご確認ください。

Conditioning Sandal Flip flop



【製品仕様】

製品名	: Conditioning Sandal Flip flop
カラー	: White、Black (計2色展開)
サイズ	: S / M / L / XL / 2XL ※カラーによっては、サイズ欠品などあり
素材	: EVA
価格	: ¥8,624 (参考価格、税込)
販売場所	: TENTIAL公式サイト、主要ECモール、一部量販店など ※各店舗の販売状況は公式サイトからご確認ください。

Conditioning Sandal Slide



【製品仕様】

製品名	: Conditioning Sandal Slide
カラー	: White、Black (計2色展開)
サイズ	: XS / S / M / L / XL / 2XL ※カラーによっては、サイズ欠品などあり
素材	: EVA
価格	: ¥10,890 (参考価格、税込)
販売場所	: TENTIAL公式サイト、主要ECモール、一部量販店など ※各店舗の販売状況は公式サイトからご確認ください。

● 夏の足元に関して：コンディショニング研究所 八幡健太郎



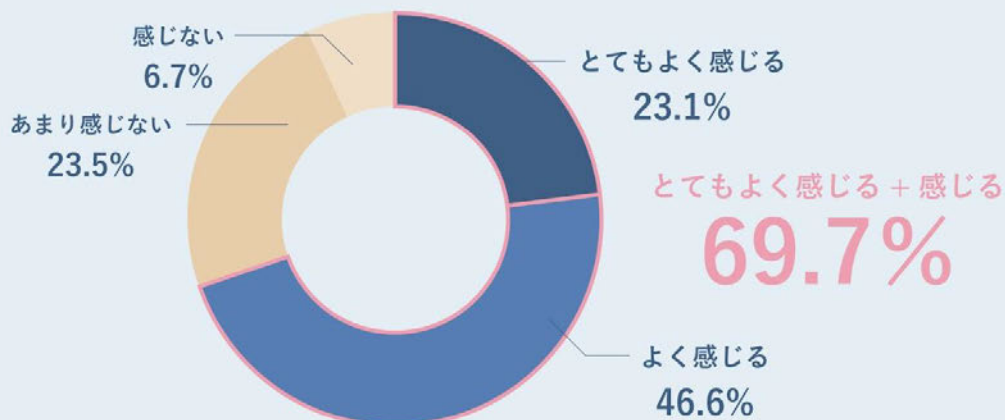
2025年の夏は猛暑が続き、足元の蒸れや負担が気になる季節です。さらに、外出や旅行が増えるこの季節は、履きなれないサンダルで疲れがたまりやすくなります。そうした日々のダメージのことを考える一足として、リカバリーサンダルをおすすめします。優れたクッション性で足裏に心地よくフィットし、長時間の歩行でも快適です。暑い夏を快適に過ごすために、足元からコンディショニングを整えてみませんか。

● 調査設問と回答

Q1：夏と他の季節を比べて、足の疲れを感じる頻度はどう感じますか？

「とてもよく感じる」方が、23.1%、「よく感じる」方が、46.6%と全体の69.7%と他の季節と比べ、夏に足の疲れを感じる方が7割近くを占めることが判明しました。

夏と他の季節を比べて、 足の疲れを感じる頻度はどう感じますか？

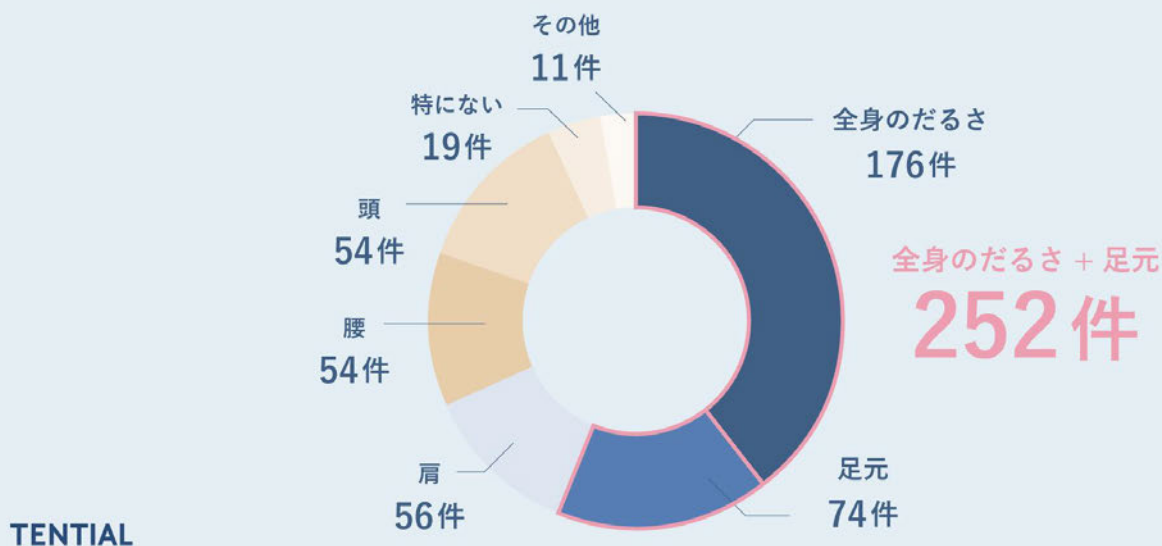


TENTIAL

Q2：夏に感じやすい身体の不調はどこですか？

「全身のだるさ」と回答した方が176件に続いて、「足元」と回答した方が74件を占めており、暑さから全身のだるさや足元への不調を感じる方が多いことが分かります。

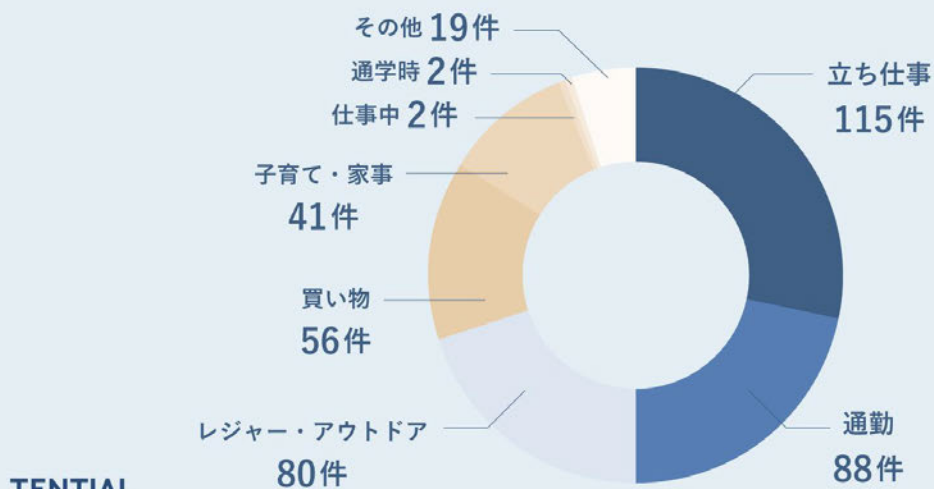
夏に感じやすい身体の不調はどこですか？（複数回答可）



Q3：日常生活の中で、足をよく使っていると感じるのはどんなときですか？

「立ち仕事」が115件、「通勤」が88件、「レジャー・アウトドア」が80件、「買い物」が56件と長時間の立ったままの作業や移動にて、足が使われています。

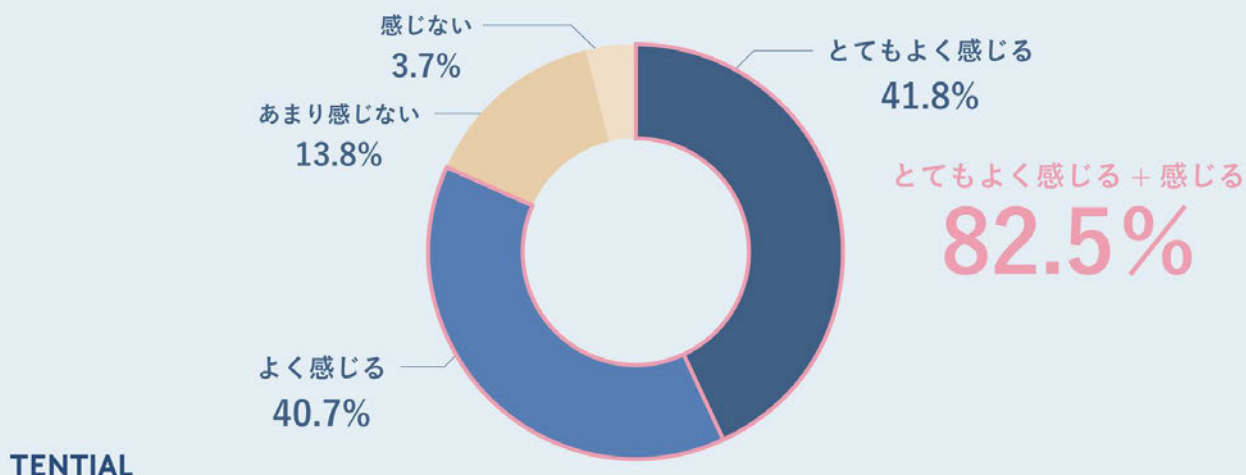
日常生活の中で、足をよく使っていると感じるのはどんなときですか？（複数回答可）



Q4：夏の暑さや活動量が増えることで、足元ケアの重要性が増していると感じますか？

「とてもよく感じる」方が41.8%、「よく感じる」方が40.7%、と8割近くの方が、夏場の足元ケアを必要としていることがわかります。

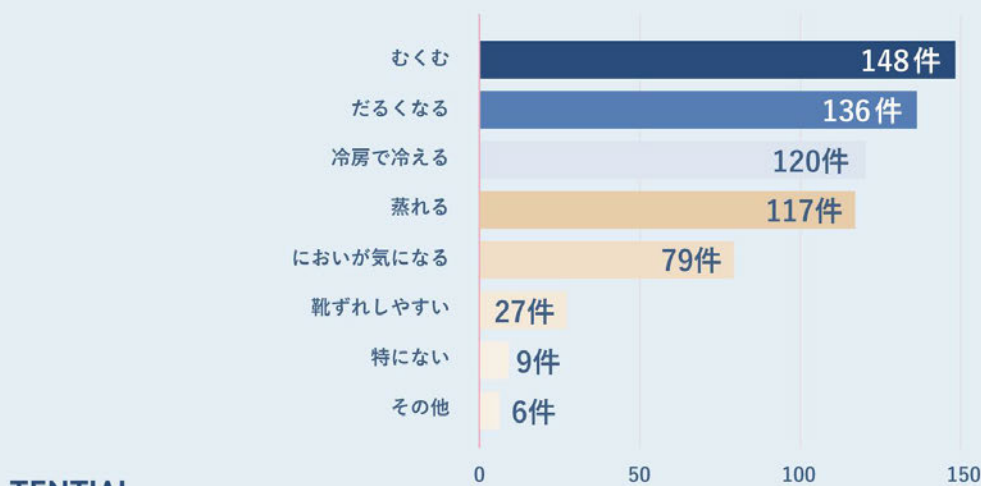
夏の暑さや活動量が増えることで、 足元ケアの重要性が増していると感じますか？



Q5：夏の時期に、そのような“足元の不快感”を感じますか？

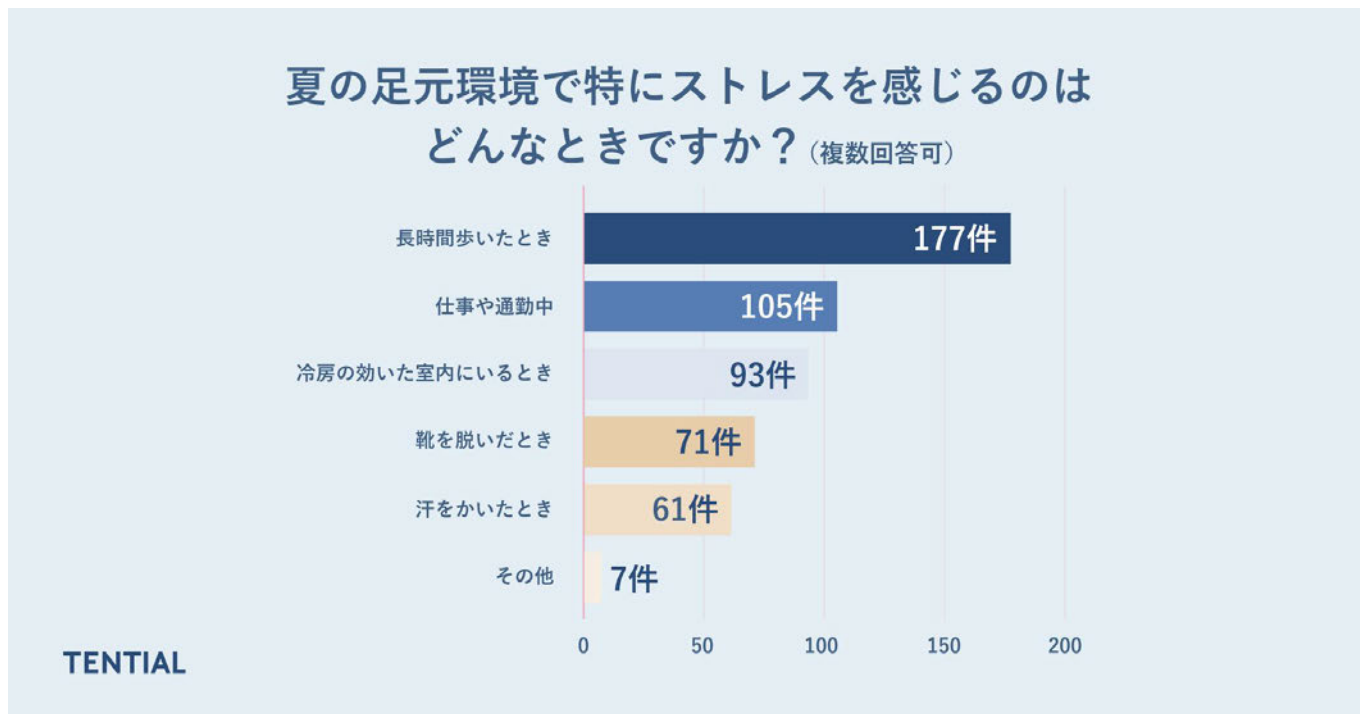
「むくみ」が55.2%となる148件、「だるくなる」が50.7%となる136件、「冷房で冷える」が44.8%となる120件、「蒸れる」が43.7%となる117件と夏場の足元の酷使から、不快感を感じる上位の回答となっています。そのほか「匂いが気になる」や「靴擦れ」など、靴やサンダルに不快感を感じている可能性がある回答も上がっています。

夏の時期に、 どのような“足元の不快感”を感じますか？（複数回答可）

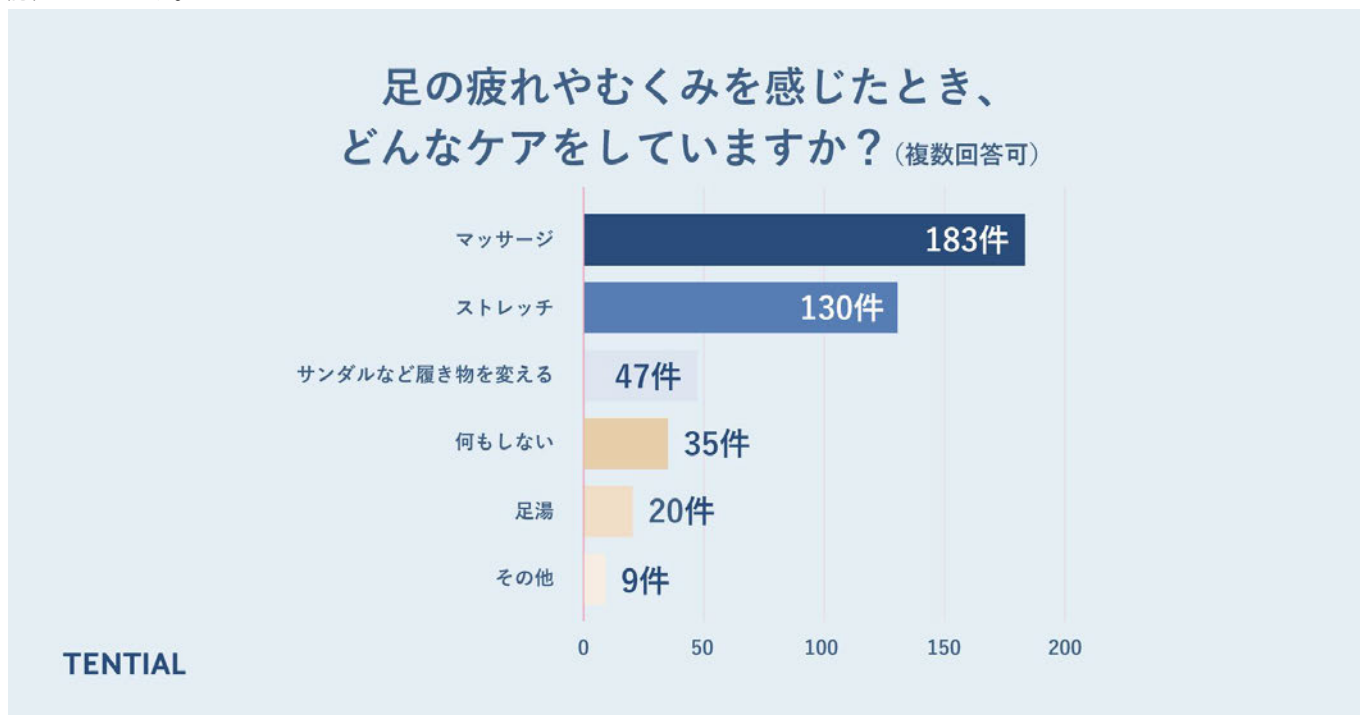


Q6：夏の足元環境で特にストレスを感じるのはどんなときですか？

「長時間歩いた時」が66%となる177件、と大半を占めていますが、その次に「仕事や通勤中」が39.2%となる105件と”移動中”に足元へのストレスを感じることがわかっているため、移動への足元ケアの重要性を感じることができます。

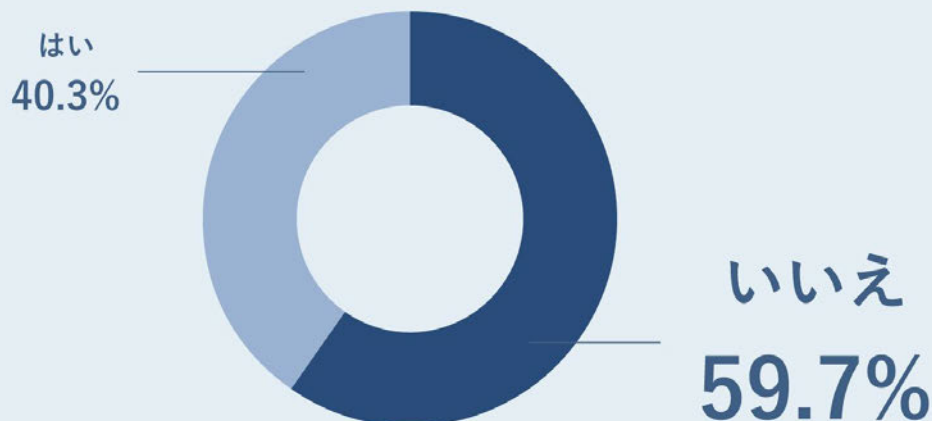
**Q7：足の疲れやむくみを感じたとき、どんなケアをしていますか？**

「マッサージ」が68.3%となる183件。「ストレッチ」が48.5%となる130件の回答を集めている中、「何もしない」が13.1%となる35件となっており、一定数足元ケアをしていない方もいます。また、「サンダルなど履き物を変える」方は17.5%となる 47件に留まっており、リカバリーサンダルなどの足元に着用することで足元ケアにつながるケア方法があまり認知されていない可能性があります。



Q8：足の疲れ対策として、意識的に履き物を変えることはありますか？

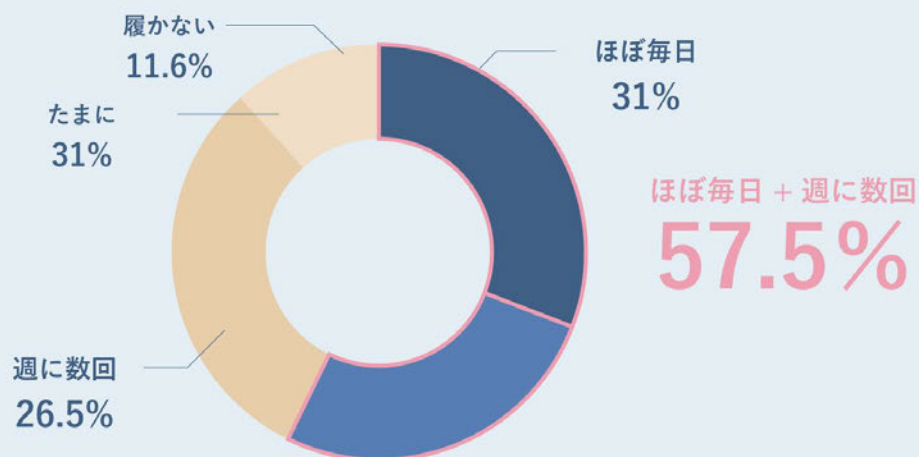
「いいえ」が59.7%と半数以上の方が、足元疲労の対策として、履くものを変更するという方法をとっておらず、上記の質問と同様に、リカバリーサンダルなどの足元に着用することで足元サポートにつながるケア方法があまり認知されていない可能性があります。

**足の疲れ対策として、
意識的に履き物を変えることはありますか？**

TENTIAL

Q9：夏にサンダルを履く頻度を教えてください

「ほぼ毎日履いている」方が31%、「週に数回履いている」方が26.5%と6割近くの方が夏場の靴として、サンダルを選んでいることがわかります。

夏にサンダルを履く頻度を教えてください

TENTIAL

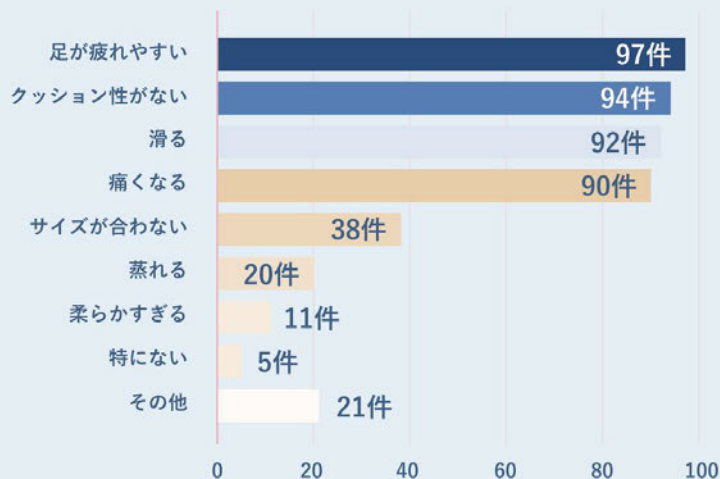
Q10：サンダルを履く際の不満・悩みはありますか？

Q11：サンダルを履くとき、どのような機能があると嬉しいですか？

夏場の靴としてよく選ばれるサンダルに対し、「足が疲れやすい」が97件、「クッション性がない」が94件、「滑る」が92件、「痛くなる」が90件と足元疲労の原因となる不満や悩みを多く抱えていることがわかります。

また、サンダルに求める機能として、「クッション性」が178件、「アーチサポート（歩行時の体のバランスのサポート）」が145件、「リカバリー機能」が143件、「着脱のしやすさ」が139件と多くの回答を集めています。上記の回答に対し、TENTIALのリカバリーサンダルは、生活者がサンダルへ求める機能を多く搭載しつつ、不満や悩みを解決できる可能性を持っています。

サンダルを履く際の 不満・悩みはありますか？（複数回答可）



TENTIAL

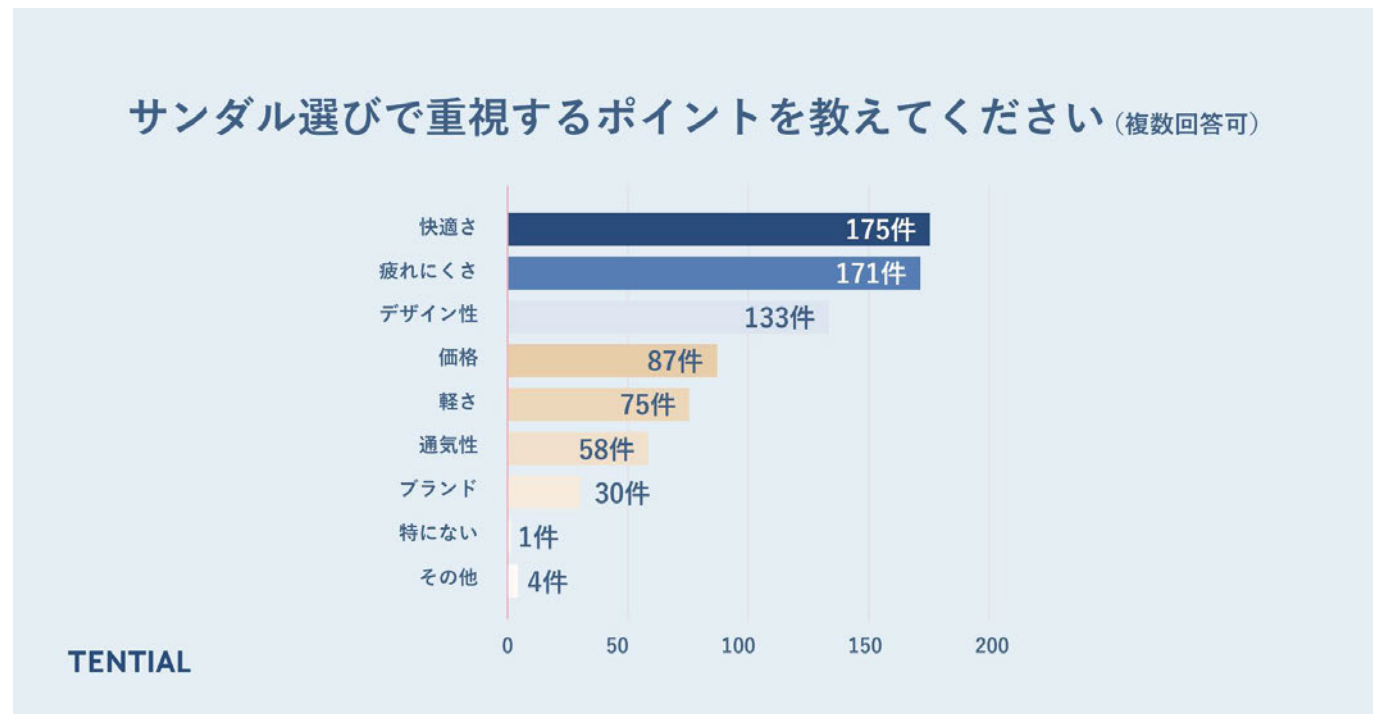
サンダルを履くとき、 どのような機能があると嬉しいですか？（複数回答可）



TENTIAL

Q12：サンダル選びで重視するポイントを教えてください

サンダルを選ぶ際のポイントとして、「快適さ」が175件、「疲れにくさ」が171件と多くを占めており、リカバリーサンダルなどの足元ケアを期待できるサンダルが求められていることがわかります。



TENTIAL

_Corporate Information

株式会社TENTIALについて

株式会社TENTIALは、「健康に前向きな社会を創り、人類のポテンシャルを引き出す。」をミッションに掲げ、コンディショニングブランド『TENTIAL』を運営しています。代表取締役CEO中西裕太郎は、プロサッカー選手を目指した高校時代に病気で夢を絶たれた原体験から、自身のポテンシャルを最大限に発揮するためには健康と日々のコンディショニングが不可欠であると痛感。この経験から株式会社TENTIALを創業し、世の中に「コンディショニングを実装する」ことを目指しています。

コンディショニングブランド『TENTIAL』は、アスリートの知見と最新技術・研究に基づき、機能性を追求した製品・サービスを提供。24時間365日、日常生活のあらゆるシーンで心身を整え、疲労回復やパフォーマンス向上をサポートするコンディショニング活動を推進しています。すべては個人のコンディションとポテンシャルを引き出すという信念のもと、株式会社TENTIALは、健康に前向きな社会の実現のため、コンディショニングの社会実装に取り組んでまいります。

会社概要

社名	株式会社TENTIAL
設立	2018年2月
資本金	8.6億（2025年4月時点）
代表者	代表取締役CEO 中西裕太郎
所在地	〒141-0001 東京都品川区北品川6-7-29 ガーデンシティ品川御殿山 西館5階
コーポレートサイト	https://corp.tential.jp/
事業内容	『TENTIAL』 https://tential.jp/
上場証券取引所	東証グロース市場



コーポレート
サイト



商品ブランド
サイト

< 報道関係者様からのお問合せ先 >

TENTIAL PR 事務局（株式会社サニーサイドアップ内）
担当: 斉藤（080-4652-2352） / 草井（070-1346-8513） / 船山
MAIL: tential@ssu.co.jp