

ワラーチ「ちきゅうサンダル・4式」の紐の結び方 はじめに

1



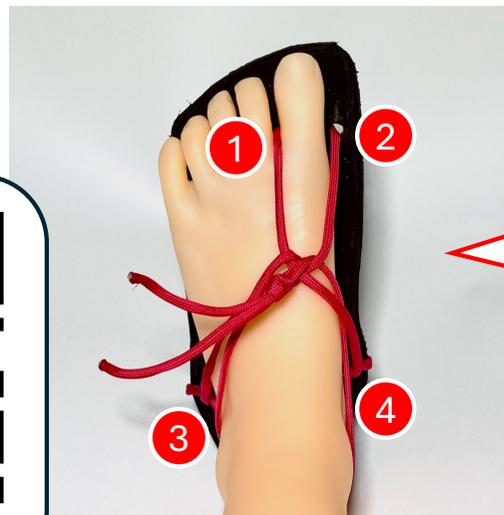
ワラーチ「ちきゅうサンダル・4式」の、紐の結び方を紹介します。ちきゅうサンダルの紐結びの特徴の一つは、皆さんが作りやすく覚えやすいように、シンメトリック（左右対称）な結び方にしていることです。

最初に右足用の作り方を説明し、その後で左足用の作り方を説明します。

もし分からないことがあったら、
細かなことでもなんでも
スタッフに尋ねてくださいね。



この紙の資料で写真が見つからない場合
（細かいところなど）には、こちらの
QRコードから、ブログでの資料
をご覧ください。クリアな写真を、
拡大して見る事が出来ます。



ソール（サンダル底）
を、4箇所ですに留めて
いるので、「4式」と呼
びます。



まず、材料と道具の確認をしましょう。

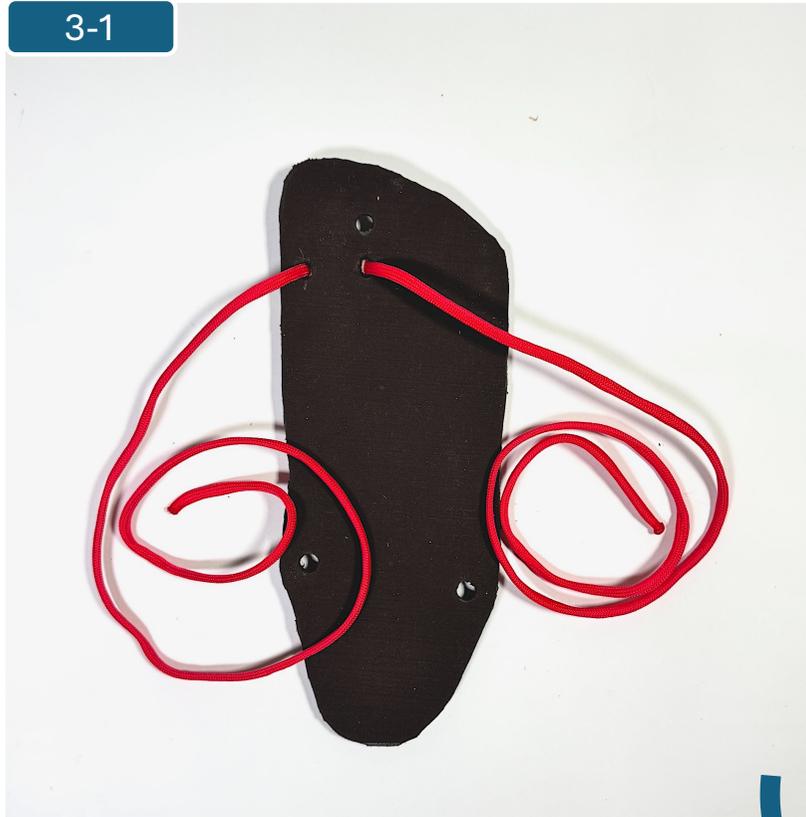
1. ちきゅうサンダル用のワラーチのソール左右、1組。
2. 紐（長さはだいたい140-150cm。パラコードや毛糸、他の紐でも可）。
3. 余った紐を切るハサミ。
4. ライター（「ターボライター」と呼ばれるものが、火力が強くてお勧めです）
5. 紐を保護するためのテープ（スポーツ用の布製テーピングテープがお勧めです）



紐の端は、パラコードであればライターで焼き固めて、ほつれないようにしましょう。紐の端を上にして下からライターで炙ると、溶けた紐の端が重力で垂れ下がって綺麗に丸くなります（パラコードの材質によっては工夫が必要になる場合もあります。）。

毛糸を使う場合には、布製のテーピングテープを巻いておくとほつれ止めになります。

3-1

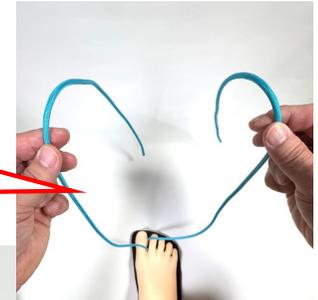


ここから、右足用の紐の結び方の説明です

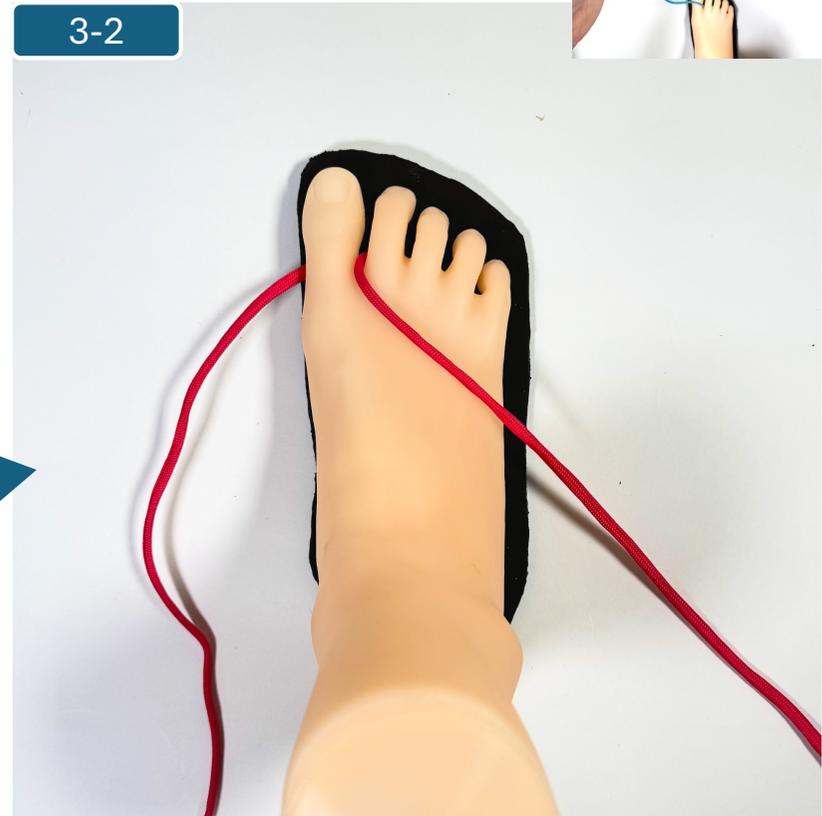
3-1、3-2

まず、右足用のソール（サンダル底）にこのように紐を通し、足を載せます。

この時、それぞれの紐の長さを揃えます。



3-2



4-1



4-1

親指の外側から出た紐を、写真のように右に流します。

4-2



4-2

親指の内側から出た紐を、写真のように、先ほどの紐の上にかぶせて左に置きます。

5-1



5-1

右足の外くるぶし側の穴に紐を通します。

5-2



5-2

穴から出てきた紐を、写真のように元の紐の下を通して絡め、カカトの方に流します。

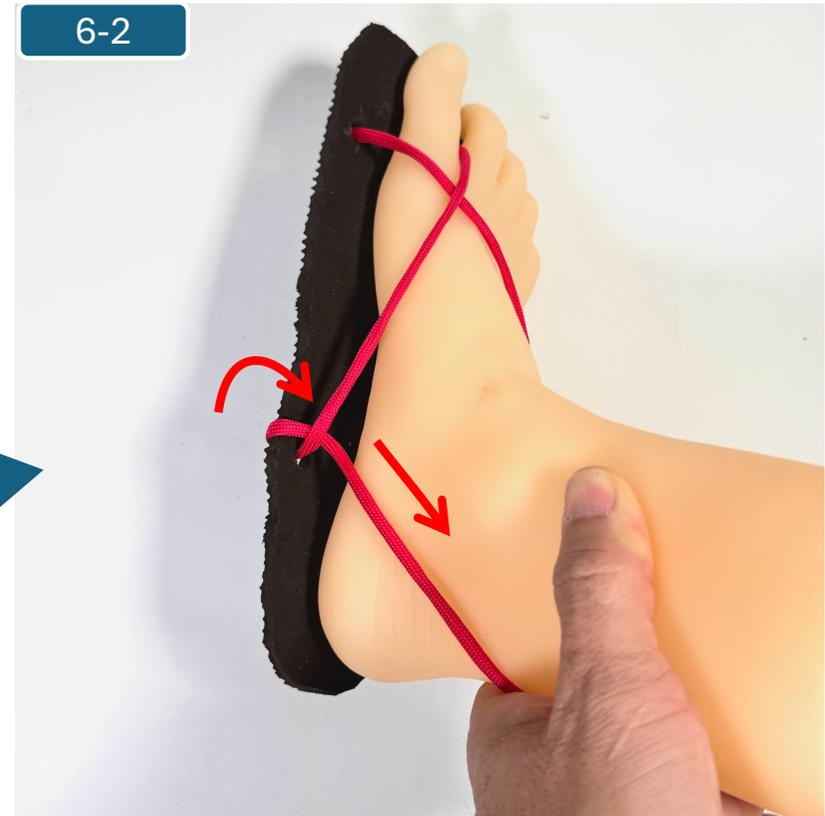
6-1



6-1

先ほどと同じように、右足の内くるぶし側の穴に紐を通します。

6-2



6-2

穴から出てきた紐を、写真のように元の紐の下を通して絡め、やはり先ほどと同じようにカカトの方に流します。



7-1

二本の紐を、かかとの方に伸ばします。そして写真のように、外くるぶし側の紐の上に内くるぶし側の紐を重ねます。



7-2

そして、紐同士を1回絡めます。

8-1



8-1

- ①外くるぶし側から、紐を引っ張ってきます。
- ②、③その紐を、左の写真の様に、もともと足の甲の上にあった2つの紐の下に通します。

8-2



8-2

- ④内くるぶし側から、紐を引っ張ってきます。
- ⑤、⑥その紐を、左の写真の様に、もともと足の甲の上にあった2つの紐の下に通し、足首の方に引っ張ります。



9-1

これまで通した2本の紐を、一緒にまとめます



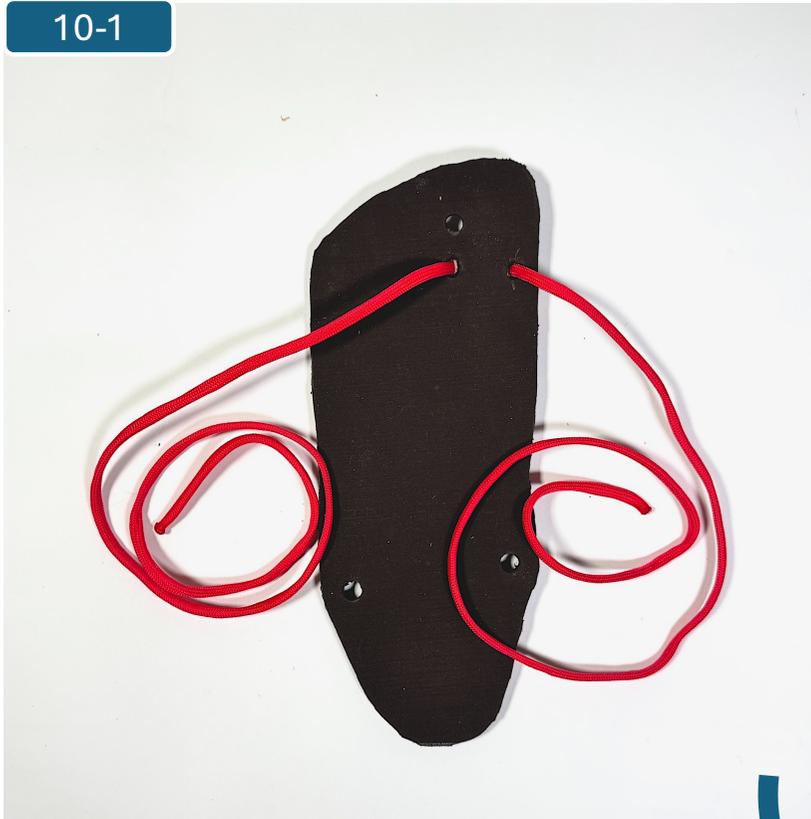
9-2

9-2

そして、右の写真のように、一緒にまとめた2本の紐を、一重結びにします。これで、右足用のワラージが完成です。



10-1

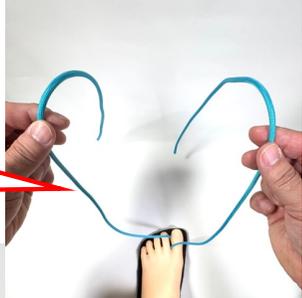


ここから、左足用の紐の結び方の説明です

10-1、10-2

まず、左足用のソール（サンダル底）にこのように紐を通し、足を載せます。

この時、それぞれの紐の長さを揃えます。



10-2



11-1



11-1

親指の外側から出た紐を、写真のように左に流します。

11-2



4-2

親指の内側から出た紐を、写真のように、先ほどの紐の上にかぶせて右に流します。



12-1

左足の外くるぶし側の穴に紐を通します。



12-2

穴から出てきた紐を、写真のように元の紐の下を通して絡め、カカトの方に流します。

13-1



13-1

先ほどと同じように、右足の内くるぶし側の穴に紐を通します。

13-2



13-2

穴から出てきた紐を、写真のように元の紐の下を通して絡め、やはり先ほどと同じようにカカトの方に流します。

14-1



14-1

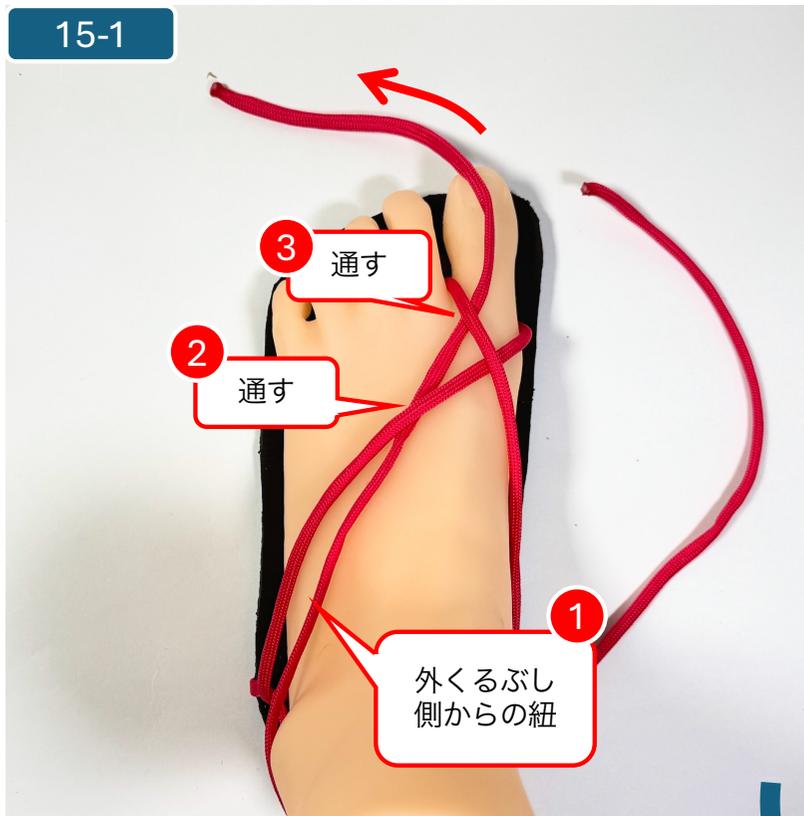
二本の紐を、かかとの方に伸ばします。そして写真のように、外くるぶし側の紐の上に内くるぶし側の紐を重ねます。

14-2



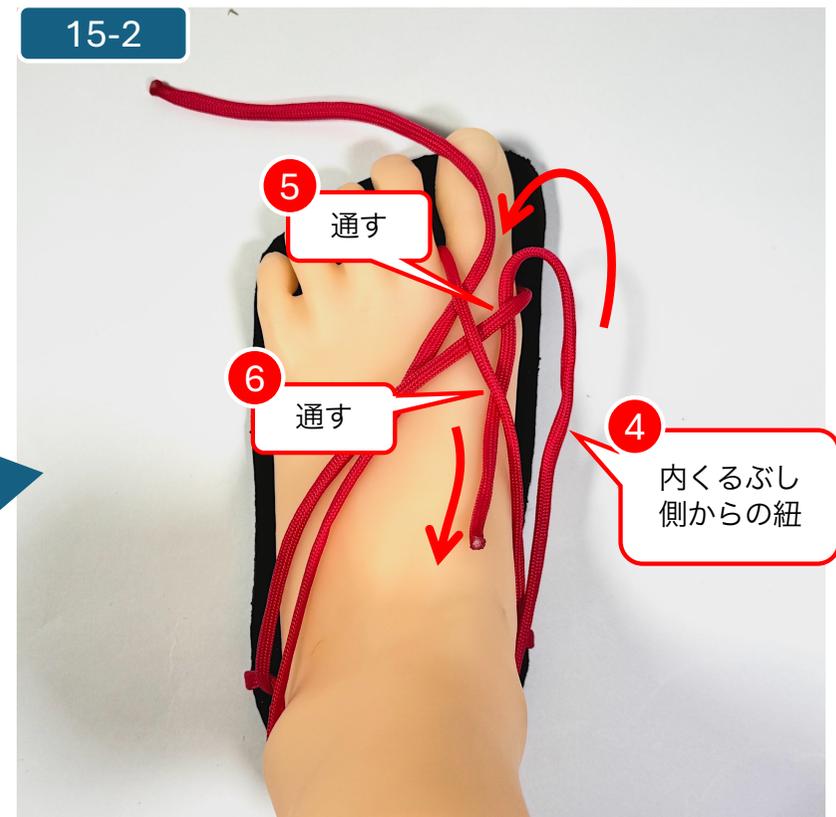
14-2

そして、紐同士を1回絡めます。



15-1

- ①外くるぶし側から、紐を引っ張ってきます。
- ②、③その紐を、左の写真の様に、もともと足の甲の上にあった2つの紐の下に通します。



15-2

- ④内くるぶし側から、紐を引っ張ってきます。
- ⑤、⑥その紐を、左の写真の様に、もともと足の甲の上にあった2つの紐の下に通し、足首の方に引っ張ります。

16-1



16-1

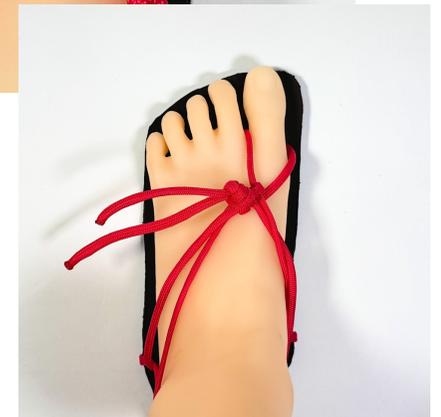
これまで通した2本の紐を、一緒にまとめます

16-2



16-2

そして、右の写真のように、一緒にまとめた2本の紐を、一重結びにします。これで、左足用のワラージが完成です。



17-1

※このワラーチの写真は、ちきゅうサンダル3式ですが、同じことです。



17-1、17-2

このワラーチ「ちきゅうサンダル」では、単に結び目を緩めたり締めたりするほかに、紐の結び目を足首の方に引っ張ることで、紐の足へのあたり具合を調整できます。

紐の結び目が適当な位置に下がったら、結び目を締め直し、紐の足へのあたり具合を調整することが出来ます。

この、紐の足へのあたり具合の調整は、**1mm単位**でかなり変わります。ほんの少しの変更も、感触が大幅に変わるので、色々試してみてください。

17-2



18-1



18-1

ワラーチの接地面で剥き出しになっている紐をちょっとテーピングテープで巻き、摩耗止めにします。ワラーチを履いていると、ここが一番摩耗するので、洗濯時などに注意し、時々テープを巻き直せば、ワラーチを長く使えます。

人によってはくるぶし部分の接地面の紐が摩耗することもあります。その場合はそちらにもテーピングテープを巻くと、摩耗止めになります。

18-2

試し履きを何度かして見て、自分の足に心地よい紐の締め具合が分かって、もし紐の余りが長いと思ったら、カットしても構いません。ただし、ワラーチは履き続けると、ソールの形があなたの足に合わせて変形してきます。また、紐も洗濯で伸びたり縮んだりします。また、靴下を履くときには紐を緩めにもあります。そのため、ひもの余り具合は、代替3~4cmくらいは残しておいた方が、後々調整がしやすく便利です。紐をカットした際には、ほつれ止め処理をしましょう。

18-2





お疲れ様でした!

時に分かりづらい説明もあり、ここまで大変だったと思います。どうもありがとうございました。

もし分からないことがあったら、細かなことでもなんでもお尋ねください。

より詳しい情報やお問合せは、
ちきゅうサンダルのホームページをご覧ください。

<https://chikyu.link>



ちきゅうサンダル

検索

ちきゅうサンダルの公式
LINEページに登録しましょ
う。時々、イベントの情報な
どをお伝えしています。

