

子どもの靴の選び方

暑かった夏が過ぎ子どもたちは、夏前より一回り大きくなったように感じます。身体の成長とともに足のサイズも大きくなっているのではないのでしょうか。子どもの足は、骨が柔らかく発達途中です。足に合う靴を履かせることで、足がしっかり発達し、姿勢や血流がよくなり、免疫力、筋力、脳細胞が活性化することにもつながるそうです。もしも、秋用に靴の購入を考えていたら靴を選ぶチェックポイントを参考にしてください。

正しく靴を選ぶ、6つのチェックポイント

つま先に7mm~10mm程度余裕があるのがいい状態。靴のかかとと足のかかとをしっかりと合わせ、靴の中で足が動かないように、マジックテープなどで調節してください。



- ①つま先は広く厚みがある？
足の骨で「衝撃をつかむ」ようにして多くの歩行を自由に動かせる必要があります。
- ②つま先は少し反りあがってる？
靴のつま先に反りがないと履き出しにくく、つま先がやぶくなります。
- ③甲の高さが調節できる？
実際に合わせて調節できる。ともしマジックテープがおすすです！
- ④かかと部はフィットしてる？
足が靴の中で動かないよう固定することで、安定した歩行ができます。
- ⑤靴底に適度な弾力がある？
歩行からの衝撃を吸収し、足への負担を軽減します。
- ⑥足が動く位置で靴も滑る？
サイズが大きいと、滑る位置がズレます。厚すぎて滑りにくい靴底にも要注意。



うんどうかい 10月5日(土)

今年の運動会のテーマが決まりました。
「みなとっころうどうかい 2019」
～みんなの えがおが いっとうしょう～
集合時間 8:40 開始 9:00
場所：土崎小学校体育館
運動会では親子で体を動かして
楽しみましょう！！
※詳しいことは、おたよりでお知らせします。



* 今月の歌 *



♪きのこと♪
き き きのこと き き きのこと
ノコ ノコ ノコ ノコ
あるいたりしない
き き きのこと き き きのこと
ノコ ノコ
あるいたり しないけど

ぎんの あめ あめ ふったらば
せいが のびてく
る る る る る る る

☺ いきてる いきてる
☺ いきてる いきてる
☺ きのことば いきてるんだね



** 総合避難訓練 **

9月13日(金)総合避難訓練を行います。
保育園裏手のアパートから出火の想定で全員、園庭向かいの
琴平第一街区公園(三角公園)に避難します。園庭では、職員
数人消火訓練も行います。