



# 9月の園だより



R6.8.25  
あおぞら保育園

今年は酷暑との呼び名にたがわず暑い日が続き戸外での活動がなかなかできませんでしたが、玄関での水遊びや涼しいホールでの運動遊びなど保育士のアイデアで子ども達も元気に過ごしてきました。そんな中、少しずつではありますが吹く風や空飛ぶトンボに秋の訪れを感じるようになってきましたね。次は運動会に向けての活動が始まります！まだ残暑も厳しく、季節の変わり目は疲れもたまりやすいので保護者の皆様もお子さんも、しっかりと休息をとりながら、万全の体調でのご登園をお待ちしています！

## 【9月生まれのお友達】

**おたんじょうび  
おめでとうございます**

### 9月の予定

6日…引き渡し訓練  
12日…巡回指導  
20日…運動会予行練習  
(予備日25日)  
26日…誕生日会

### 10月の予定

5日(土)…運動会(詳細は後日)  
10日…避難訓練  
30日…誕生日会

### ★足に合った靴を選びましょう★

成長を見越して大きめの靴を買う方も多いかと思いますが、大きすぎると靴の中で足が滑ってしまい、踏ん張りの利かない状態になります。歩いている時にパカパカと音がする、何も無い所でよく転ぶ、などのことはありませんか？

サイズの合わない靴を履いていると靴が脱げる、転倒する、スピードを出して走れない、などの現象が起こってしまいがちです。乳児期は、足の骨や土踏まずが形成される時期です。裏面に選び方を載せていますので今後購入する際の参考にしてください。



家庭保育協力週間  
ご協力いただきありがとうございました。

## ▼ 子供の足について ▼

- 子供の足は成長ペースが早いので、特に3歳くらいまでは、3ヶ月おきぐらいで適正サイズかどうか確認することが必要。
- 子供の足は個人差が大きい。同じ歳で比較しても、足の指や足幅の大きさ、土踏まずの形成などは様々で合う靴のサイズは変わる。
- 成長に合わせた靴の選び方が大事。成長期の子供の足は足が形成期間であるため、「やわらかい」状態。足に合わない靴は、足の発達を阻害してしまう。

## ▼ 子供靴のフィッティング ▼

- サイズ対照表（参考年齢別）を目安に、サイズを選ぶ。
- 足入れの際は、かかとをぴったりと合わせ、テープもしくは紐をきちんとしめる。
- 甲の部分がしっかり密着しているか確認。履いた後に調節できる、紐かワンタッチテープのタイプがおすすめ。
- かかとが支えられているかどうかをチェック。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る。かかとの骨をしっかり成長させるためにも大切。
- 足指を自由に動かせる余裕が必要。指の腱や筋肉の発達も考え、幼児期に指を十分動かしてあげることが大切。子供の歩行の仕方の関係上、つま先が適度にそり上がっているものがおすすめ。
- 厚すぎる靴底は子どもの足の発達を妨げるため、柔らか素材のものがおすすめ。
- 靴と足が曲がる位置がズレていないかをチェックする。
- 座ったままの状態と、立って体重がかかった状態では、わずかにサイズ感に差が出る人が多いので、履いた後は立った状態でのサイズチェックを行う。
- 歩いているところをチェック。痛いところがないかも確認する。
- 子供が快適に動けることを考え、通気性、吸湿性の良い素材を選ぶ。
- 重い靴は足の疲れなどの負担になるため、できるだけ軽いものを選ぶ。
- 足の衛生上、汗からの雑菌の繁殖を防ぐため、こまめに洗うようにする。