



青梅みどり第二保育園 子育てニュース



令和元年（2019）12月2日発行 NO.8

こんにちは。青梅みどり第二保育園の子育てニュースです。
いつも読んでくださり、ありがとうございます。

早いものでカレンダーも最後の一枚になりました。寒くなってきましたが保育園の子どもたちは、外では追いかけてっこなどをし、元気に遊んでいる姿が毎日のように見られます。空気も乾燥してくるので体調管理に充分気を付け、元気に年末年始を迎えたいものです。

今年も皆様のご理解、ご協力に心より感謝申し上げます。

どうもありがとうございました。



出前保育のお知らせ

日時 : 1月24日（金）
10:30~11:00

場所 : 新町子育て支援センター
（はぐはぐ）

保育士と一緒に「わらべうた」や

「手遊び」などを楽しみましょう。

ぜひお越しください♪



外出は楽しいですが、不特定多数の人と接する機会が増えることで、病気をもらってしまうリスクが増える恐れもあります。わたしたちが感染する病原体（細菌やウイルス）の多くは、まずはわたしたちの手に付着します。手洗いは、日々の生活の中でできるきわめて有効な感染対策です。外出先から帰ったら、うがい・手洗いを行いましょう。うがいが難しい年齢の場合は、お茶や水を飲んでもらってもよいでしょう。



子どもの靴の選び方

これからますます寒くなりますが、外で体を動かして体温を上げ、寒さに負けない体作りをするためにも、足に合った靴を選んであげることが大切です。

また子どもは骨が柔らかく変形しやすい状態なので、正しい靴を選んであげましょう。サイズが合っていないと、すぐれた性能を持つ靴でもその効果を発揮できません。つま先に5mmほど余裕があるのが、ちょうどよい状態です。1サイズ大きめの靴を購入した時には、靴のかかとと足のかかとをぴったりと合わせ、靴の中で足が動かないようにワンタッチテープなどで調整してください。



- ① 足に合わせて甲の高さが調節できる…紐かワンタッチテープタイプの物を選びましょう。どちらのタイプでも、子どもの足に合わせてきちんと締めてあげることが大切です。
- ② つま先は広く、厚みがあること…子どもは足の指で「地面をつかむ」ようにして歩くため、指を自由に動かせる余裕が必要です。
- ③ つま先が少し反りあがっていること…子どもはベタ足で歩くので、反りがないと蹴り出しにくく、つまづきの原因になります。
- ④ かかと部をしっかりと支えること…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 足が曲がる位置で靴も曲がること…サイズが大きいと、この位置がズれてしまいます。
- ⑥ 適度に弾力のある鞋底…地面からの衝撃を緩衝し、足を守ります。



☆靴のお下がりについて

たいていの靴にはクッション材がミッドソールに使われています。ずっと履いていると少しずつへたってきます。履いている人の脚の形や歩き方に合わせて、その変形は実に様々です。子どもの場合「お下がり」を履くことで、前に履いていた子どもの歩き方や足の形が移ってしまう危険もあります。外側から見て、少しでも靴が変形しているようなら、おさがりを履かせるのは避けたほうが好ましいです。すごくきれいな場合でもせめて足に一番近い場所にある「中敷」だけは、衛生面から考えても交換してあげてください。

社会福祉法人 青梅みどり福祉会
青梅みどり第二保育園
〒198-0031
青梅市師岡町一丁目 113 番地 20
電話番号 0428(24)7400
FAX 番号 0428(24)8047

HP

