

令和 3年

11月 まんまるだより



ダンボールハウスを作ってみました。「お絵描きしていいよ」と声を掛けると、「いいの?」とちょっと遠慮がちに描き始めた子どもたち。ハウスの中に入るのはみんな大好き♡ 一人の空間を楽しんだり、お友達と一緒に入ってみたりと過ごしています。

秋になり、だんだんと過ごしやすい季節になってきましたね。外遊びもより一層楽しくなる時期です。運動遊びが活発になってきた子ども達には、足にあった靴が必要です。靴があってないと、身体全体への負担が掛かってしまいます。下記の項目を参考にしながら、足にあった靴選びを試みて下さいね。



👉 甲の高さと幅はあっていますか？
足に合わせて調整できる、マジックテープの付いた靴などがよいでしょう。

👉 つま先にゆとりがあり、少し反り上がっていますか？
目安は、つま先に0.5~1cmの余裕がある。子どもはよくつまずくので、つま先が少し反り上がっている物を選びましょう。

👉 くつ底は硬過ぎず、適度な弾力性はありますか？
適度な弾力性は衝撃をやわらげます。くつ底も曲がる物を選びましょう。

👉 かかとは硬くしっかりしていますか？
かかと部分をしっかり支えることで、安定した歩行ができます。かか手が手で簡単にねじれてしまう場合は柔らか過ぎです。

👉 素材は吸放湿性に優れていますか？
水分を吸収し、乾燥しやすい素材を選びましょう。

