



# 9月のえんだより

外に出ればまだまだ汗ばむ季節ではありますが、朝夕は心地よい風が吹き、少しずつ秋の訪れが感じられるようになりました。気温差が大きい日が増えてきましたので、子どもたちの体調管理にも気を付けていきたいと思っております。

## 新しいお友だち

たんぼぼ組(1歳児)  
まつした かなとくん  
ちゅーりっぷ組(0歳児)  
まつした おとはちゃん  
すえざわ あおいくん



## 来月の予定

10/21 (土)

運動会 (中央公園)

※雨天中止

詳細は後日、お知らせします。

## 9月の行事予定

- 1日(金)～12日(火) 個人懇談
- 1日(金)～5日(火) たんぼぼ組
- 6日(水)～8日(金) ひまわり組
- 11日(金)～12日(火) ちゅーりっぷ組
- 4日(木)～8日(金) 身体測定
- 6日(水) 避難訓練 (洪水)
- 13日(水) 英語教室 (2歳児)
- 14日(木) 避難訓練 (火災)
- 19日(火) 食育教室 (2歳児)
- 26日(火) 言葉の教室 (2歳児)
- 27日(水) 英語教室 (2歳児)
- 29日(金) お月見集会

## 「足に合った靴を履きましょう」

靴が合っていないと、身体全体へ負担が掛かってしまいます。  
靴選びの参考にしながら、足に合った靴を探してみてください。

### よちよち歩き

骨の正常な発達、つまづき防止に重点をおいた靴選びをしてください。立ち姿勢で足にフィットするものを選んでください。素材は柔らかく足になじむもの、底も固すぎず靴底の前約3分の1あたりで曲がるものを選びます。デザインは柔らかい関節を保護するために、足首のくびれまで深さがあること、かかと部分も補強されたものがよいでしょう。サイズは靴を履いてかかとを合わせて、指先に7～10ミリ程度ゆとりがあるのが適当です。また、親指が反り返る余裕も必要です。



### とことこ歩き

1歳から2歳にかけて歩き方がかわります。変化時期は子どもによって違います。とことこ歩きになると運動量も増え、汗をかきやすくなるため通気性、吸湿性の良い素材を選びます。デザインはきちんとフィットして脱げにくいものを選びます。サイズは靴にかかとを合わせて履き、つま先に7～10ミリのゆとりが理想です。



### 飛び跳ねる

3歳までは柔らかな足ですが4歳～7歳の間に人間の基本的と考えられる動作はほとんどできるようになり、運動量が飛躍的に増え、足の骨も急速に発達します。土踏まずの形成は、3歳頃から始まります。運動量が激しいので靴が痛みやすくなり、足にも負担がかかってきます。かかとの痛み、足指の変形、皮膚炎、靴ズレなどのトラブルも出やすくなるので、注意してあげてください。靴の構造も激しい運動にも対応できるかかとやつま先が保護されたものを選んでください。

