

新年度が始まり早くも1ヵ月が経ちました。新しい環境、生活には少し慣れてきた頃でしょうか。春の陽気に包まれ日中の気温も上がり、つくしがたくさん生えていたり、こいのぼりが元気に空を泳いでいる姿が見られるようになりました。朝晩は気温も下がりますので、体調管理に気を付けながら春の遊びを楽しみたいですね。



ゆうゆう一む

～戶外活動を十分に楽しむために～

雪もなくなり、公園で遊べるようになってきたり散歩にでかけたりなど、歩いたり走ったりが多くなってくかと思ひます。存分に楽しむためには、まずは靴選びが大切になってきます。でも、本人に合った靴とは言ってもどう判断すればよいか迷うこともあるかと思ひますが、どう選べばよいのでしょうか。簡単にですが、まとめてみました。

足のサイズから見る時には、かかとを合わせ少しつま先を動かせるくらいのゆとりがあると良いと言われています。年齢にもよりますが、5mm～10mm くらいの余裕が望ましいです。サイズ合わせが大変な場合は中敷きでサイズを見る方法もあります。

靴選びとしては遊ぶことを考え、軽くて脱げにくい靴が良いでしょう。通気性が良いとより良いです。テープやひもなどでしっかり足にフィットすることで、脱げにくく足が靴の中で動いてしまうことを防ぎます。また、見た目がかっこよくても日々使用する運動靴としては適さないこともあります。

靴の履き方としては、かかとをしっかりと靴の後ろにくっつけた状態でテープやひもをしっかりと引っ張り留めます。つい、つま先をトントンとして履いてしまうことがあるかと思ひますが、大事なのかかたとに隙間を作らないこととなります。

こうしてみると、自分も昔はデザインでこれが良いと選んでいたり、つま先でトントンしていたこともあったなと思ひます。こどもの成長は早く、なんとなく大きめの靴を…と決めたくなることもあるかと思ひます。一生お付き合いする足ですから、少しでも靴選びにこだわってみて、足に合った靴で存分に遊びを楽しんでもらえたらと思ひます。

5月の日程表

		1日(水)	2日(木)	3日(金)
				憲法記念日
6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)
振替休日				
13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)
				・3歳児健診協力
20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)
			職員研修のため 指導がお休みになります。	
27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)
	・乳幼児相談協力			

おしらせ

- ① 利用者負担金のお支払い忘れはありませんか？もし、ありましたら、お早めに納入をお願いいたします。納入通知書を紛失された場合は、再発行が可能ですので、担当職員にご相談ください。また、領収書につきましては1年間の保管をお願いいたします。
- ② 23日(木)は、職員研修のため指導がお休みになります。ご迷惑おかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

