



平成 30 年 9 月 1 日
日乃出保育園



（防災週間

8月30～9月5日）

9月1日は防災の日!!!

もしもの時に備えて非常食や水、ラジオ、懐中電灯などを用意しておきましょう。お家の中での事故を防ぐ為に気をつけて欲しいことをお話しいたします。



こんにちは!!!

あっと言う間に9月ですね!

今月は防災週間にちなんで、緊急時にそなえた知識をお知らせいたします。

緊急時は何をしたらいいのか分からず、頭が真っ白になってしまうのではないかと思います。普段から緊急時に備えておくとう心強いと思います。



※お家の中には危険なものがいっぱい。事故を防ぐ為に確認してみましょう。

【子どもの手の届く場所に置いてはいけない物】

- ・薬・洗剤・たばこ・ライター・ポット・包丁など。
- ・踏み台になるようなものはベランダに置かない。（転倒転落防止のため）
- ・コンセントなどをいたずら出来ないようにする。
- ・浴室には子ども一人で勝手に入れないようにする。

9月9日は救急の日

ご家庭に救急箱はありますか？

お子様がけがをしたり、具合が悪くなった時にすぐに使えるように準備をしておきましょう。

- ★中身を点検しましょう。
- ★薬の使用期限の確認。
- ★消耗品は使用したら買い足しておきましょう。



【土踏まずの発達】

もうすぐ運動会、足を使って活動する機会が増えます。土踏まずは身体のバランスをとったり、ジャンプの着地での衝撃を和らげたりします。扁平足だと、疲れやすい・転倒しやすいと言われていています。素足で動いたり足指じゃんけんをしたりして、土踏まずが発達するようにしましょう。

【髪・爪のチェックしましょう】

爪は2～3日に1度は確認しないと結構伸びてしまいます。前髪は目にかからないように、また後ろ髪の長い子は、しっかり結んで食事に入らないようにしたり、身体を動かす運動の時は引っかかって怪我の元にならないようにしましょう。

【足に合った靴で元気に遊ぼう】
直ぐに成長するからと、つい合わない靴をはかせていませんか？

靴が足に合っていないと、不自然な足の使い方や歩き方のまま足が育つことになります。成長著しいこの時期こそ、適切な靴選びが重要なので、再度見直してみましょう。

★つま先にゆとりがある

◎理想は5mm。直ぐに成長する事を考え、5mm～9mmのゆとりがあるものを、さらに指が自由に動かせるようにつま先が広がって厚みがあることも大切です。

★調整ベルト付き

◎足を固定し足と靴を一体化させる。

★柔らかく、

クッション性のある靴底

◎足の動きにフィットする柔らかさと、地面からの衝撃を和らげるクッション性が必要。

【理想のサイズ】

幼児期の足のサイズは、

ドンドン変化していきませんが、足より大きなサイズを選ぶと靴が脱げてしまわないように指を浮かせるので、靴に固定した形になり踏ん張りが利かなくなり、転倒しやすくなり、足にあっただサイズを選ぶこと。

