



秋の散歩は、落ち葉のカサカサした音を聞いて踏みしめたり、色鮮やかな葉やどんぐり拾いをしたり、楽しみが沢山あります。しっかり歩いたり走ったりする為には、足にあった靴を履くことが大切です。選ぶポイントを知って足にピッタリの靴を履き、親子でより楽しく安全に出かけてみるのはいかがでしょうか。

靴選びのポイント

よちよち歩きの頃(プレシューズ)

- 足首の関節まで保護されている
- かかとが補強されている
- 弾力のある靴底
- 柔らかい素材



歩き始めの頃(ファーストシューズ)

- クッション性のあるかかと
- 歩き方が安定してきたら、ローカットでもOK



- つま先が広く、反り上がっている
- 指先に7～8mmのゆとりがある
- 甲の高さがきちんと調整できる
- 足の動きにあわせてソフトに曲がる
- スリッポンは足が固定されず不安定な為、避ける

立った姿勢で履いてみてチェック！

- 歩き方が不自然ではない？
- 痛いところはない？
- かかとがブカブカしていない？

3歳以上の靴選び



- 甲の高さが調節可能
- 指先に5mmから1cmのゆとり
- つま先が少し反り上がっている
- 柔らかく通気性の良い素材
- 運動してもずれない紐、またはマジックテープ
- 弾力のある靴底
- 動きに合わせてソフトに曲がる



お知らせ



園庭開放は新型コロナウイルス感染予防のため

しばらく見合わせております。

◎保育所見学について

- 新型コロナウイルス感染予防のため、施設内の見学は園庭からの見学になります。
- 事前に電話にて日程の予約をお願い致します。予約の際は、連絡先と氏名をお伺いします。
- 来所の際は検温をさせていただきます。発熱や風邪の症状がある時は見学できませんので、ご了承ください。

宮寺保育所 04-2934-2058
 二本木保育所 04-2934-1701