

夏祭りへのご参加、ありがとうございました。まだまだ残暑が続きますが、幾分過ごしやすいい日が増えてきました。夏の疲れが出やすくなる時期なので、ゆっくりお風呂に入り、たっぷり睡眠をとるなどして、体調を崩さないように気を付けましょう。

## 防災週間（8月30日～9月5日）

9月1日は防災の日、9月9日は救急の日です。もしもの時に備え、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。

園では台風や地震、火災の避難訓練を定期的に行なって、避難経路や避難のしかたを全員で確認しています。

また、お子さまにも火事や地震が起こったらどのように行動すべきか、煙を吸わずに逃げる方法や地震の時は机の下に隠れるなど、おうちでも日頃から繰り返し話し、緊急時に備えるようにしましょう。

おうちの中にも事故やけがを招く危険な物がたくさんあります。事故を防ぐために、確認をしてみましょう。

- 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、炊飯器、包丁などの刃物、針、子どもが飲み込める大きさの細かい物など）
- 踏み台になる物はベランダに置かない
- コンセントなどをいたずらできないようにする
- 遊び食べに注意する（食べ物や喉に詰まることがある）
- 浴室には子ども1人で勝手に入れないように工夫する



## くつの選び方

### くつを選ぶポイント

9月22日は運動会です。合っていないくつを履いていませんか？

子どもの足は非常にデリケートと言われています。最近、土踏まずのアーチが形成されていない扁平足の子どもの割合が増えていますが、その原因の一つに「くつの選び方の間違い」があります。足に合っていないくつを履いていると、姿勢も悪くなり、そのまま骨格が形成されてしまうので、足に合ったくつを選び、思い切り遊ばせてあげましょう。

#### □ 甲の高さと幅は合っていますか？

足に合わせて調整できる、マジックテープの付いたくつ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、かかとに子どもの指が一本入る程度です。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。かかた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。