

ほけんだより



2024年3月号



園長 山下 優美
看護師 吉木 美恵

まだまだ外は雪ですが、靴売り場は春の靴が出そろっています。

新年度に履く靴は3月中に用意しましょう

去年の靴をチェック！

- 靴のサイズは合っているか
- ゆがんでいないか
- 靴の中に砂が溜まっていまいか
- 中敷きに残っている指の跡に左右差がないか
- 靴底の減り方に左右差や偏りがないか



もったいないの弊害

すぐに足が大きくなって靴が履けなくなる
のももったいない

大きめのサイズの靴を買う

靴の中で足が前に滑り動く
横滑りして不安定になる

動かないように指で踏ん張る
靴のゆがみ、型崩れ

足の疲労・足指の屈曲変形
靴が早く壊れてしまう



足の大きさと中敷きが同じでは靴が小さい！

すて寸とは・・・

0歳・・・・・・・・・・+0.6cm

1～3歳・・・・・・・・+0.7cm

3～6歳・・・・・・・・+0.9cm

すて寸



これに足の成長分

(6か月=0.5cm)

しっかりとしたマジックベルトのある靴で前滑りしない様に！



3月3日は耳の日

子どもは自分から難聴に気付く事はありません。周囲の大人が注意してあげないといけない病気です

＜簡単な聞こえの検査＞

子どもの片方の耳元で大人の親指と人差し指、中指を擦り合わせて小さな擦れる音を出して聞かせるカサカサした小さな音が聞きとれるか左右別々に確認する