

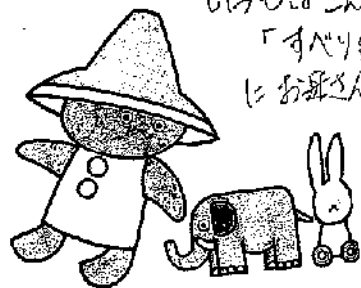
かしの木広場

富岡市地域子育て支援拠点事業・子育て通信 2024年12月 NO268

かしの木保育園
富岡市黒川 64
TEL63-4216
FAX67-1360

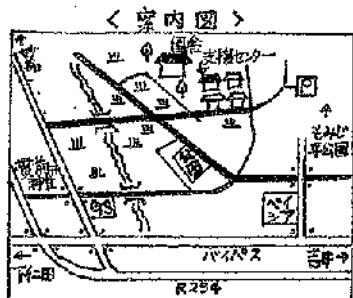
園庭開放
8:30~19:30(月~金)
名簿があり持参の上、階の
事務所に声掛け下さい。

園庭の木々がやっぴり色づき、青く澄んだ秋の空にイチョウの葉が
もてもてと映えて見えます。
ひろばに遊びに来てくれたお友達も、その気持や成長を体中で
感じるのでしょね。とてもご機嫌で遊んでいます。



「いつもはこんな風に歩かないのに」
「すべり台を何回もやりました。」と嬉しそう
にお友達と遊んで話してくれました。

楽しんで、やりたいの気持ちから
子心も道を動かしているのだからと
感じました。私達大人も一緒に
楽しい事を見つけていきたいですね。



初めの方 園内見学希望の方
お電話下さい。
駐車場は預り専用Pをご利用下さい。
道路から右路肩に軽自動車
を駐車して下さい。車の通っている
場所には駐車しないで下さい。

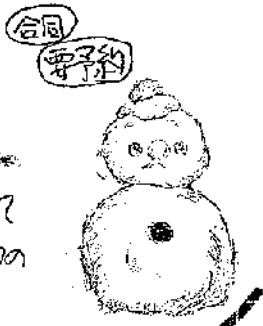
子育て相談

毎週 ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ ⑬ ⑭ ⑮ ⑯ ⑰ ⑱ ⑲ ⑳ ㉑ ㉒ ㉓ ㉔ ㉕ ㉖ ㉗ ㉘ ㉙ ㉚ ㉛ ㉜ ㉝ ㉞ ㉟ ㊱ ㊲ ㊳ ㊴ ㊵ ㊶ ㊷ ㊸ ㊹ ㊺ ㊻ ㊼ ㊽ ㊾ ㊿
子育て中の悩みや心配な事に保育士や看護師が
相談に乗ります。気軽に電話下さい。



12/6(金) 羊の毛を使って 雪だるま、もみの木作り

かしの木 保育園には羊がいます。
毎年5月に毛刈りをします。その毛を使って
雪だるまもみの木を作りましょう。ふわふわの
毛が形になつていくのが楽しいよ。

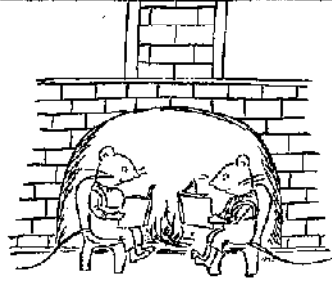


12/11(水) 新米で おにぎり作り

小松菜、しらす、ごま
だの根の葉... などを使って
手作りふりかけを作ろう
合同 要予約

12/20(金) おもちゃ作り クリスマス会

手作り ホットケーキにマツタケのクッキー
果物を飾りつけて、一緒にケーキを作りましょう。
マツタケクッキーを作るので
離乳食の赤ちゃんも
プレレの子ども参加です。

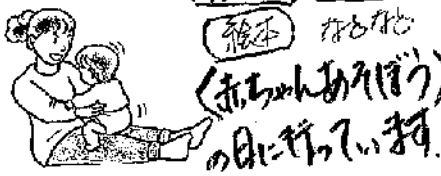


12/18(水) 薪ストーブを焚いて 冬のお話をしよう

かしの木広場の支援センターには
薪ストーブがあります。
最近では火を焚く様子もなかなか
見られなくなっています。薪ストーブは
とても暖かい暖かさを感じられる。
薪ストーブの焚きで冬のお話をしよう。

赤ちゃん体操しよう

かしの木でとり入れているのは
身体認知体操です。
筋肉や関節の動きを良くし
生活しやすい体をつくるべく体操です。
1-2ヶ月の赤ちゃんから出来るマッサ
ージです。
寝返りをしない、腹ばいを嫌がる
ほかほかの赤ちゃんに合わせたマッサ
ージの後に重ねて改善していきます。
マッサージの後にはふんわり遊んで
楽しもうね。



ミニ演奏会の
お楽しみもあるよ。



お願い

マスクの着用にっさしては、個々の判断にお任せ
致します。おそれの消毒、換気 衛生面に
配慮致します。
センターは12-30で終了させて頂きます。
広場がびしょ濡れ後の入浴を推奨して下さい。

12月予定

園庭開放 (月~金) 8:30 ~ 19:30	火	水	木	金
	かしの木広場 9:30~12:30 0才~	たんぽぽ広場 9:30~12:30 / 1歳後~		たんぽぽ広場 9:30~12:30 / 1歳後~
2 園庭開放	3(赤ちゃんあそび)	4(あそび)	5 園庭開放	6 羊の毛を使って 雪だるまもみの木作り 合同 要予約
9 園庭開放	10 ふんわり遊ぼう 手あそび、うた 絵本、炊く	11 新米で おにぎり作り 合同 要予約 手作りふりかけ作り	12 園庭開放	13(あそび)
16 園庭開放	17 動物さんおしゃべり 18:00~	18 薪ストーブを焚いて 冬のお話をしよう	19 園庭開放	20 おもちゃ作り クリスマス会 合同 要予約
23 園庭開放	24 園庭開放	25 園庭開放	26 園庭開放	27 園庭開放

12/28(水)~1/5(日)までお休みです。

- ・合同はどの年齢も対象の日です。
- ・年齢を曜日でも分けての持ち込み合同以外の日もどの年齢でもセンターを利用して下さい。
- ・マタニティーの方も気軽に参加して下さい。



歩ける物に慣れ、捲いて、とても行動的に行動する。
「あそこへ行きたい」「や、ておきたい」とも
意欲もどんどん育っていきませう。

足が痛、靴が足に合っていない、靴がゆるい、
くずれ、靴の形が崩れてしまったり、
足に合っていない靴は足の発達にも影響する。

靴選びの参考に、お父さんの記事を紹介しよう。

よい足と靴には
こんなメリットが！

足トラブルには靴の見直しを

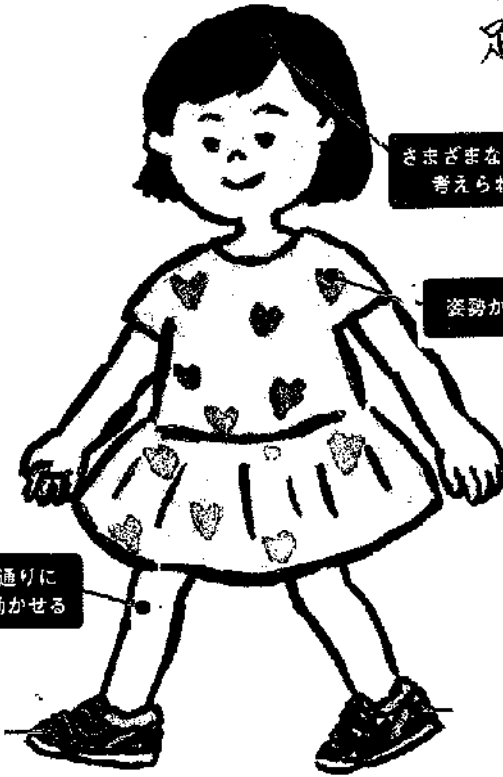
足にトラブルを抱えている子の多くは、靴に問題がある場合が少なくありません。発達の順序と靴選びは密に関係しています。ゆるすぎる靴は、足部が常に不安定なので、かかとやゆびの変形、土踏まずの形成に影響します。
※メカノレセンサーが機能しないままだと、じょうずなからだの使い方が覚えられず、転びやすく、疲れやすくなります。そのため、運動ぎらいを招く場合も。足は靴に左右されるため、ファッション性や価格ではなく、足のための大切な道具として考えましょう。

丈夫な足と適切な靴は、健康の土台となり、いい姿勢や歩き方が身につくので、持久力、忍耐力、自己肯定感といった精神面にもいい影響をもたらします。靴との付き合いは一生涯。適切な靴を履く感覚が幼児期から育つと、大人になっても足を傷めない靴を選ぶことができます。

※メカノレセンサー 足裏にたくさん分かれている感覚受容器

さまざまなことが考えられる

姿勢がよい



思い通りに足が動かせる

ケガをしない

しっかりとどこまでも歩ける

発達段階に合わせて靴の役割が異なります

7歳頃～	3歳頃～	1歳頃～
足部機能が完成していく時期	足部機能が発達していく時期	歩行が未熟な時期
【必要な役割】	【必要な役割】	【必要な役割】
<ul style="list-style-type: none"> 運動機能の向上 ケガの予防 生活スタイルとの適合 	<ul style="list-style-type: none"> 歩行の補助 バランス感覚の育成 骨の配列を整える 筋肉の発達を促す 	<ul style="list-style-type: none"> 足部の保護 靴に慣れる 皮膚感覚を育てる 歩行を促す

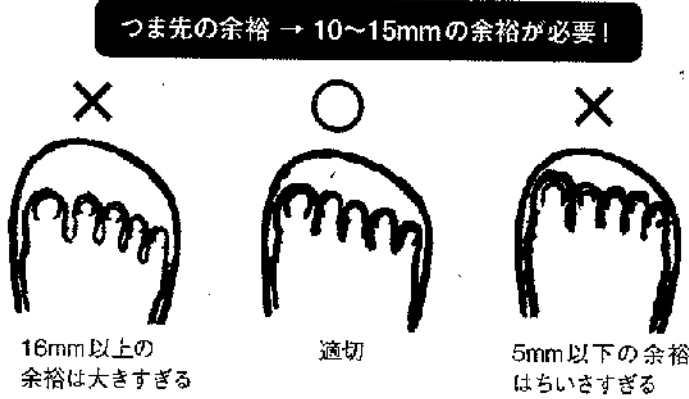
【留め具と履き口】

足をしっかり固定して、さまざまな動きでも脱げないように、面ファスナーや紐がある靴を。面ファスナーの位置が甲に沿っているかもチェック。履き口が広すぎるとスポッと脱げるので、適度に開いている靴を選びます。背伸びして履けないかどうかも確認して。



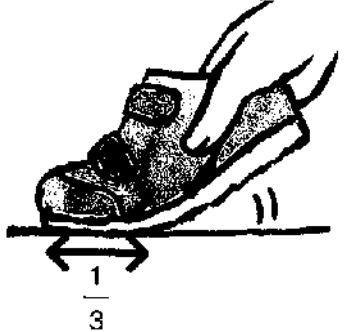
【靴の内側と足が合っている】

つま先は、爪や足ゆびを圧迫しない高さ(厚み)があるかどうかをチェック。足と靴のかかとを合わせた状態で、つま先に10~15mmの余裕があること。この余裕があれば、歩行時に変化する足長と足幅に負担をかけず、成長にも対応できます。わかりにくいときは、中敷を取り出して、足を載せて測ります。中敷からゆびがはみ出すなどはNG。



【前から3分の1で曲がる靴底を】

MP関節(足の幅がいちばん広がっている、ゆびの付け根)がしっかり使えるように、靴底が前から3分の1で曲がる靴を探しましょう。靴底が別の位置で曲がったり、曲がらない靴は足を傷める原因に。



【靴底が安定している】

靴底はゆらゆらせず、安定しているものを。衝撃吸収性がありながらも、すり減りにくい耐久性がよいことも靴底には大切。スパイク型や、左右で靴底が非対称なものは、不安定で歩行に向きません。すり減りを放っておくと、足関節に負担がかかります。



幼児期の靴は

「足の骨格を守る」
「足の動きをサポートする」
ものを選ぶとよいのです。

意外と知らない足の発達
子どもは生まれてから、おおむね6歳頃までに成人型歩行(からだの動きを調整しながら、安定して長い距離が歩ける)ができるようになります。この期間に、全身の骨格、関節、筋肉、神経系の大脳、小脳も発達します。しかし最近では、歩くことが苦手な子ども、ベビーカーの普及や、外あそびの機会が減少したため、全身運動が不足し、足裏にある知覚運動神経や、土踏まずの未発達などが原因のひとつと考えられています。
さらに、はきものや床、地面などの外部と接している、全体重を支える足は、はきものの影響を大きく受けます。しかし、成長・発達の観点で足の大切さを知る機会がない日本では、足にトラブルがあっても、ひどくなるまで発見されずに成長する場合があります。足と靴についての知識を大人がもって、子どもの発達をサポートしましょう。