

令和４年２月１日

ナーサリ―糀谷

令和５年

区立保育園看護師発　今月のテーマ

♥　子どもの靴　♥

歩行開始から5・6歳頃までは、足の完成に向けて骨組みをしっかりとさせていく重要な時期です。「歩く・走る・跳ぶ・蹴る・登る」などの動作は、子どもの発達には必要なことです。

靴によりこの動作を妨げないよう、足に合った靴を履かせて、思いきり遊べるようにしましょう。＊靴選びのポイント＊



かかとをしっかり包み込むもの

（足首の安定を高めます）

甲の高さがマジックテープなどで調整でき、足にフィットしたもの

靴底が適度な厚みと弾力性のあるもの（足への衝撃を減らします）

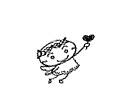
靴底が前から1/3の

ところで曲がるもの

・足は普通、昼間に少しむくむので、靴を買うのは夕方が良いでしょう

・つま先から靴の先端まで5～10㎜の余裕が適度な長さです（大人の指1本分程度）

・新しい靴を履かせて数日間は子どもの足に赤くなっている部分がないか、すれて傷になっていないか、注意しましょう



大田区の感染症情報

11月１日～11月24日

＊定期的にサイズや靴の減り方などを確認しましょう＊

サイズの合わない靴は足の発達に影響するだけでなく、膝や腰に負担となり、内臓の働きに影響することもあります。子どもの足の成長は早いので、0～3歳は3か月ごと4～6歳は6か月ごとを目安にサイズを見直しましょう。

　子育てアラカルト（糀谷・羽田地域）

大田区の感染症情報

1月１日～1月26日

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 地域  疾患名 | 大森 | 調布 | 蒲田 | 糀谷羽田 |
| インフルエンザﾞ | 105 | 107 | 91 | 82 |
| 感染性胃腸炎 | 27 | 20 | 34 | 12 |
| 突発性発疹 | 2 | 2 | 3 | ０ |
| 溶連菌感染症 | 1 | １ | ２ | １ |



テーマ**【図書館へ行ってみませんか？】**

糀谷・羽田地域には、大森南、浜竹、羽田図書館が

あります。それぞれの図書館で楽しいおはなし会が

企画されています。

**＜おはなし会のご案内＞**

|  |  |
| --- | --- |
| 大森南図書館  3744-8411 | 【赤ちゃん向け】第1・3水曜日　10時00分  （5組限定　予約制）  【幼児から低学年】毎週水曜日15時30分 |
| 浜竹図書館  3741-1185 | 【未就学児】第2土曜日10時30分  第4水曜日15時30分 |
| 羽田図書館  3745-3221 | 【赤ちゃん向け】第2木曜日10時30分  【幼児から低学年】第2・4水曜日15時30分 |

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、「おはなし会」を中止している場合があります。開催については、各図書館へ直接お問い合わせください。



学校等欠席者・感染症情報システムを活用して、区内の感染症の流行状況等

を地域ごとにお知らせ

しています。

**こまめに水分を取りましょう！**

寒く乾燥した日が続いています。この寒さと乾燥は、からだのもつバリア機能を弱め、鼻やのどの粘膜の湿度が奪われ、ウイルスなどが侵入しやすくなります。

湿度は50～60％を目指し、こまめに水分を摂りからだも潤しましょう。