



ほっ♥と子育て通信

～遊びにおいてよ 香川保育園

令和3年度冬号



香川公民館で一緒に遊びませんか??

1月	2月	3月
12日(水) 身体を動かして遊ぼう Part1	9日(水) 身体を動かして遊ぼう Part2 手作りおもちゃ♪	☆ おやすみ ☆

♪公立保育園の保育士がいろいろな遊びをお届けします♪

申し込みは香川公民館のホームページの申込フォームから行えます☆

★新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、開催予定を ZOOM 講座に変更する場合があります。



ほっ♥と子育て支援

～お近くの公立保育園があなたの子育てを応援します～



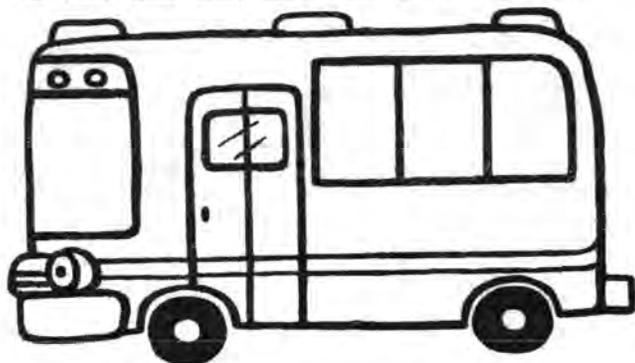
近くにあるっていいね!!

公立保育園(6園)では、メール配信で情報発信を行っています。お近くの保育園を“マイ保育園”として登録しませんか?

上の二次元バーコードを読み込み、フォームに沿って登録するだけ! ぜひご登録ください!

のりもの☆めぐりえ

すきないろに ぬってね♪



浜見平保育園地域育児センターからのお知らせ

★毎週水曜日は歩き始め前の赤ちゃん親子の利用日です。

- ・安全な広い場所で遊ばせてあげたい
 - ・同じくらいの月齢のお友だちが欲しい
 - ・赤ちゃんってどうやって遊んであげたらいいのかな?
 - ・ずっと子どもと一緒に煮詰まってしまう
- ➡こんなことはありませんか?



子育てって自分の思うようにいかないことが多いですね。親同士や保育士とおしゃべりして、子育ての不安や悩みだけではなく楽しさ・すばらしさを共有しませんか?是非遊びに来てください。

利用内容については浜見平保育園地域育児センターのホームページをご覧ください。



浜見平保育園地域育児センター
茅ヶ崎市浜見平 11-1 TEL 0467-83-8810

**新型コロナウイルス感染状況を考慮し、
イベント再開については特別号やHPで
お知らせします。**

そちらをご覧ください。

茅ヶ崎市こども育成部保育課 香川保育園
TEL 0467-57-6002



子どもを伸ばす足育



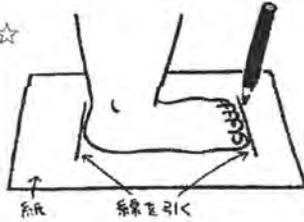
《STEP1》子どもの足を確認してみよう！

まずは足に変形がないか、裸足の状態で確認しましょう

《STEP2》足の大きさを正しく測ろう！

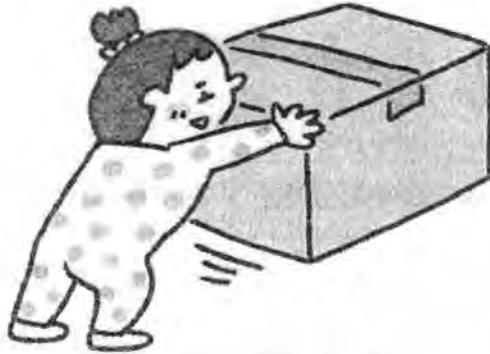
子どもの成長は早く、いつの間にかサイズアウトしていることも。紙の上に子どもの足(裸足)をのせて、かかととつま先の位置に線を引き、その間の距離が今の足のサイズ。月に1回は測りたいですね！

☆☆足の測り方☆☆



《STEP3》遊びながら足育しよう！

足をたくさん使うことは足の筋肉や骨格、神経の発達にとっても大切。



足裏と足指を駆使して前に進もう

両手・両足を突っ張り、足裏で床を蹴る動きは、足裏のみならず全身の筋肉強化に最適。小さいうちは箱や座布団などを押し、少し大きくなったら雑巾がけなどもおすすめ。

足の使い方が上手になるかかと歩き

つま先を持ち上げ、かかとだけでトコトコ歩き。かかとのクッション性を体感し、かかを使って歩くことの大切さが身に付きます。体幹も鍛えられバランス感覚も養われます。



《STEP4》正しい履き方をマスターしよう！

正しく履けていないと、いい靴を履いていても転びやすかったり、指や爪の変形につながります。履く時はつま先ではなく、かかとをしっかりとフィットさせるのが最大のポイント！！

《STEP5》足にいい靴を選ぼう！

足の成長を妨げないように下記のポイントを満たした靴がおすすめ。できるだけ試し履きをして購入するのが正解！

☆☆ポイント☆☆

- ・適正なサイズ(大き過ぎても変形のリスクに…!!)
- ・足指のつけ根で曲がる適度な硬さのソール
- ・衝撃を吸収し、滑りにくいソール
- ・足指を圧迫しない広めのつま先

kodomoe 2021.8月号より抜粋

おすすめの歌♪

『はたらくるま1』

散歩や買い物の際など、日常の中で目にすることの出来る「はたらくるま」は子ども達にとって身近なで魅力的な存在♪そんな「はたらくるま」がたくさん登場するこの歌が子ども達は大好き♡車の絵カードや写真と合わせて歌うと手をフリフリとしてリズムにのったり、「はい！きゅうきゅうしゃ♪」とみんなで声を合わせて車の名前を言ったり...保育園でも繰り返し楽しんでます。おうちではミニカーと合わせて楽しむのもいいかもしれませんね♪

