

～こどもの服と靴～

こどもの服について

こどもは思わぬところで事故を起こしたり、ケガをしたりします。こどもが着る服を選ぶ時はデザインや価格だけでなく、安全面も考えて選びましょう。

こどもの服の 要注意ポイント

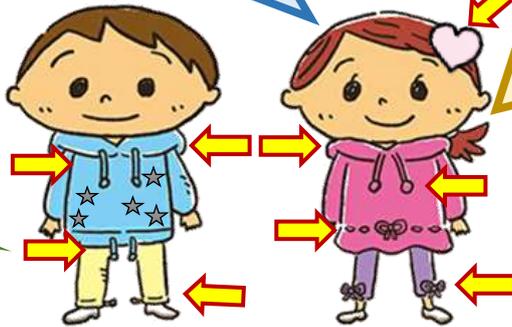
ヘアアクセサリ

大きなざりや硬い素材のものは、転倒・衝突したときに割れたり刺さったり、何かに引っかかったりしてケガをする危険があります。



ひも

自分で踏んで転んでしまったり、遊具に引っかかったり、自転車や三輪車に巻き込まれたりする危険があります。



フード

ドアノブや遊具に引っかかるなどして、ケガをする危険があります。



服のざり

スパンコールやラインストーンなどのついた服は、ざりが取れてケガや誤飲の危険があります。



ファスナー

閉じるときに皮ふをはさんだり、着替えのときに顔を傷つけたりすることがあります。金属製ではなく、プラスチック製のものを選びましょう。



サイズ

大きすぎると裾を引っかけたり踏んだりして、ケガの原因になります。小さいと自分で着脱するのが難しかったり、体を動かしにくかったりします。体に合ったものを選びましょう。

こどもの足と靴について

こどもの足は大人の足と違って成長途中で軟骨成分が多いため柔らかく、衝撃を吸収する土踏まずが3歳頃からつくられていきます。また、成長が早く、3歳半頃までは半年で約1cm、3歳半以降は半年で約0.5cm大きくなります。

毎日履く靴選びが大切なことはわかっていますが、価格やデザインを優先したり「すぐきつくなるから」とつい大きめの靴を選んだりしていませんか？
体を支える大切な足です。お子さんの健やかな成長・発達のために、足に合った靴を選びましょう！



靴選びのポイント ……こんな靴がおすすめです！！

＜ 甲 ＞

- 甲の部分が足にフィットしているもの。
ワンタッチテープ（マジックテープ）で、足にフィットするように調節できるもの。

＜ 素材 ＞

- 足は汗をたくさんかくため、通気性・吸湿性が良いもの。
- 重いと疲れやすいため、軽いもの。

＜ つま先 ＞

- 指や筋肉の発達のため、指を十分に動かせるように、指先に5～10mm程度ゆとりがあるもの。
- つまづきにくいように、つま先が適度にそり上がっているもの。



＜ かかと ＞

- 安定した歩行ができるように、かかとまわりがしっかりしていて、足が靴の中で動かないもの。

＜ 靴底 ＞

- 前に進むためのけり出しが上手くできるように、指のつけ根部分で柔軟に曲がるもの。

サイズ確認のポイント ★ 『靴選びのポイント』に加えて、こんなことを確認しましょう。

- 履かせやすく、自分でも脱ぎ履きしやすいこと。
 - 履いて歩いてみて、痛くなく、足に合っていること。
- ☆特に、足が「痛い」、靴が「きつい」と自分で言えないお子さんは、3か月に一回程度靴が足に合っているか確認しましょう。

