

自立活動
の視点を
生かした
さまざま
な工夫

ひとりのできるもん！！ ～ひとりでわかってひとりのできる～ No. 6

今回の【ひとりのできるもん！】は「靴」
の紹介です。

定期的に行われる整形外科検診で話題になるのは、扁平足で「土踏まず」のアーチが崩れている児童生徒が多いことです。このアーチを守るために靴選びはとても大切です。靴底が厚いもので、足の甲の閉め具合が調整でき、中敷きでアーチを保持できるような靴を選ぶことが大切です。スニーカータイプがおすすめてです！それとともに運動経験をしっかり積んでいくことも忘れないようにしましょう！（健康の保持・身体の動き）



↑ひとりではけます！



←足の甲の閉め
具合の調節
が簡単です

足首が不安定
なときはハイ
カットがおす
すめです→

