

# 子どもの靴選びのポイント

## &履かせ方

子どもの成長って早いよね~



歩き始めたばかりの子にも、思いっきり体を動かして遊ぶ子にも靴選びはとっても大切。

どんなことに気をつけて靴を選んだらいいの？

1~3歳くらいまでは、3か月程で0.5~1cm足のサイズが大きくなります

### サイズ

かかとをぴったり合わせた状態で、つま先に0.5~1cmの余裕があるのがベストです。

★購入時には、足のサイズを測ることをおすすめします。

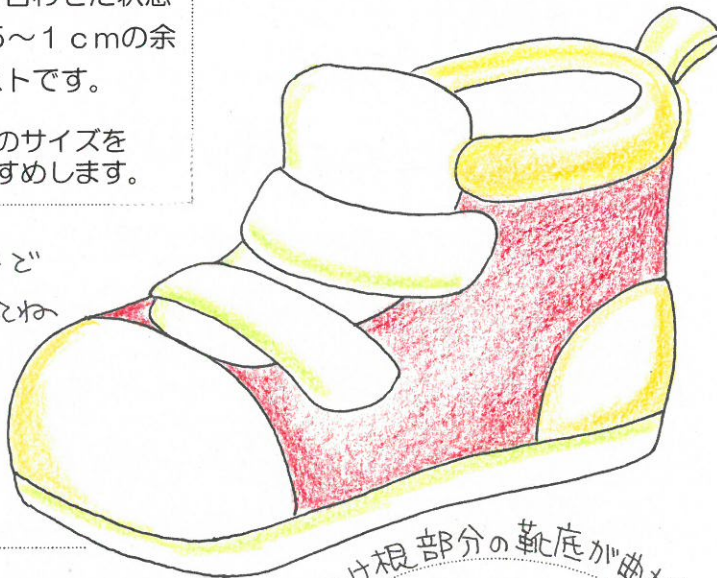
### 調節ベルト

調整ベルトがあるものを選び足の甲の高さや幅に合わせてベルトを引っ張って止めましょう。

### かかと

かかとがぴったりフィットしていることが重要。歩いてみて、かかとがブカブカしていないか確かめて。

立った姿勢で確認しな



### つま先

子どもの足は大人よりつま先が広がっていて、足の指で地面をつかむように歩きます。指が動きやすいように、つま先部分に厚みがあり、少しあがったものを選びましょう。

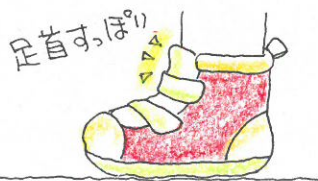


### 靴底

地面からの衝撃をやわらげ、足を守るために、クッション性があるものを選びましょう。靴底が薄すぎるものや、安定感の悪い靴は避けましょう。

## ベストな靴の形は？

【歩き始めから1歳頃は】



不安定な足首のぐらつきを支えるミドルカットがおすすめ♡

【活発に動けるようになる2歳頃は】



足首が自由に動くローカットがおすすめ♡

【子どもが自分で靴を履くときのコツ】



低めのイスや段差がある場所

達成感が得られるような声をかけてあげて♡

始めは大人がさりげなく手伝ってあげて♡

プルストラップがついていると引っ張りやすい



なるほど！すぐに大きくなってしまふけど...大きすぎる靴や小さくなった靴を履かせるのは良くないのね...

\*足のサイズ(長さ・幅・甲の高さ・かかとの形)は成長とともに変わります。時々確認し、購入の際には試し履きをさせましょう。

\*歩き方の癖は人によって違います。すでに癖がついている靴はお勧めできません。