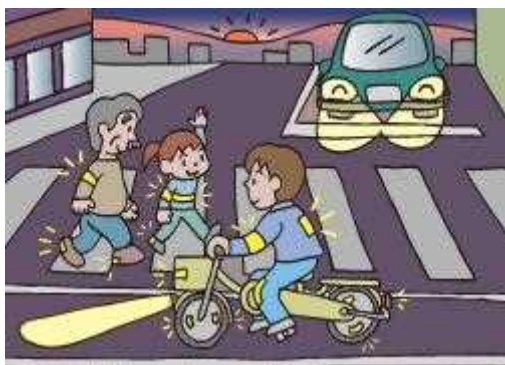




ぼうはんブザー・はんしゃざいを みにつけよう

げこうとちゅうで くらくなってしまう きせつですね。
じゅくや スポしょうに いくときも ぼうはんブザーを
もっていますか? くらいみちで とおくのくるまから
じぶんのすがたを みつけてもらえるように ひかるもの(は
んしゃざい)を みにつけるように しましょう。

不審者情報 吉田小より 11月9日現在

・10月25日(木)午後4時20分頃、下校中の小学2年男児がブックスカトー駐車場に座っていた黒づくめの男性を不審に思い、走ったところ、後ろから追いかけられ肩をポンポンと叩かれるという事案があった。男は身長175cm位の中肉で、黒い帽子、黒いマスク、黒いジャンパー、黒いズボンを着用し、長めの髪だった。

吉田小学校の 登下校時刻の変更

11月20日(火) 県民の日(休業日)

27日(火) 28日(水) 29日(木) 個別懇談 14:25下校

30日(金) 研究会(通常日課5校時) 15:00下校

12月 3日(月) 4日(火) 個別懇談 14:25下校

※あくまでも予定です。急な変更もありますので、詳細につきましては、学校へ確認をお願いします。

次のいい子の日は**12月17日(月)**です。吉小校門前 朝8時頃集合

路面の凍結・積雪が予想されますので、足元に気をつけておこしてください

富士吉田ふれあい隊は2004年から吉田小学区で登下校の見守り活動を行っている自主防犯団体です。

よしだ こども しょうどう の おしらせ

11月19日(月) 16:00~18:30

ばしょ まつやまかいかん(しんにしはら3-17-3)

こども(高校生まで) むりょう おとなは200えん

ミュージックケアを予定しています。

☎23-8105 富士吉田市社会福祉協議会 渡辺

11月のメニュー

そうめん いなりずし

やさいサラダ

クッキー



サイズのあったくつを はきましよう



雪が降った日に履く靴は、2シーズンくらいはかせたいと思って、つい大きめを買ってしまいがちですが、横断歩道で走った時に脱げてしまう場面を何度か目撃しています。大きすぎる靴は、かかとが固定されていないため、スリッパをはいているのと同じだからです。

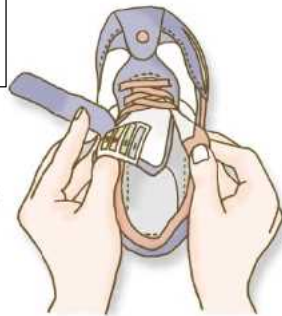
大きい靴は中敷きなどで調節し、かかとをあわせてはくようにしましょう。

かかとを踏んではいている場合も、スリッパと同じです。

小さい時からきちんと靴をはく習慣と、「ぴったりの靴は気持ちいい」という感覚を身につけておきたいですね。

くつの はき方を 学ぼう

① テープやひもをほどいて、広げる。



② 靴に足を入れ、かかとをトントンして、あわせる。

③ 左右が足に密着するように、テープやひもを締める。



歩き方にも 気をつけよう

「かかとの外側から地面につき、小指のつけ根から親指のつけ根へと重心を移動させ、指で蹴り出す。」

こうして歩くと、次のような効果が期待できます。

- ① ふくらはぎが伸び縮みして、血行がよくなる。
- ② 足の裏全体を使うため、土踏まずの発達につながる。

スリッパのような靴では、筋肉がバランスよく使われないため、疲れやすいので、歩くことが嫌いな子になってしまうかもしれません。

最後に・・・

玄関にくつの形を描いておくと、子どもでも楽しく脱いだ靴をそろえることができますね。お試しください。

