



子どもの靴のサイズ

子ども靴サイズ表

ベビーサイズ

| 参考年齢 | 靴のサイズ |
|------|---------|
| 新生児～ | 8～11cm |
| ～6か月 | 9～12cm |
| ～1歳 | 11～13cm |
| ～2歳 | 12～14cm |
| ～3歳 | 13～15cm |

キッズサイズ

| 参考年齢 | 靴のサイズ |
|--------|---------|
| 3～4歳 | 14～16cm |
| 5～6歳 | 17～18cm |
| 7～8歳 | 19～20cm |
| 9～10歳 | 21～22cm |
| 11～12歳 | 22～24cm |



子どもの靴選びのポイント

1

甲の高さが調節
できること

足に合わせて甲の高さが調整できる、紐かワンタッチテープタイプを選びましょう。子どもの足に合わせてしっかりと締め、自然歩行させることが大切です。

2

つま先は広く、
厚みがあること

子どもは足の指で「地面をつかむ」ようにして歩くため、指を自由に動かせる余裕が必要です。

3

つま先が少し反
りあがっている
こと

子どもはベタ足で歩くので、反りがないと蹴りだしにくくつまづきの原因になります。

4

かかとまわりが
しっかりしてい
るもの

足が靴の中で動かないように固定することで、安定した歩行ができます。また、かかとの骨をしっかり成長させるためにも、かかと部分がしっかりしているものがよいでしょう。

5

靴底が指の付け
根でしっかり曲
がるもの

厚すぎる靴底は子どもの足の発達を妨げます。また、靴底があまりに硬いと前に進むためのケリだしが上手にできず発達を妨げるため、柔らかい素材をオススメします。

6

適度に弾力のあ
る靴底

地面からの衝撃を緩衝し、足を守ります。



靴のフィッティングをチェック

※靴選び

1. 足の長さを合わせる

例えば足長（靴を脱いだ状態）が15.0cmの場合、お店では15.0cmと表記された靴を選ぶようにして下さい。

商品の表記サイズには“捨て寸”があらかじめ含まれているので、実際の靴のサイズはおよそ15.5cm～16cmになります。

2. 足の周りを合わせる

足囲を確認し、幅広であれば幅に合わせたサイズを選びましょう。

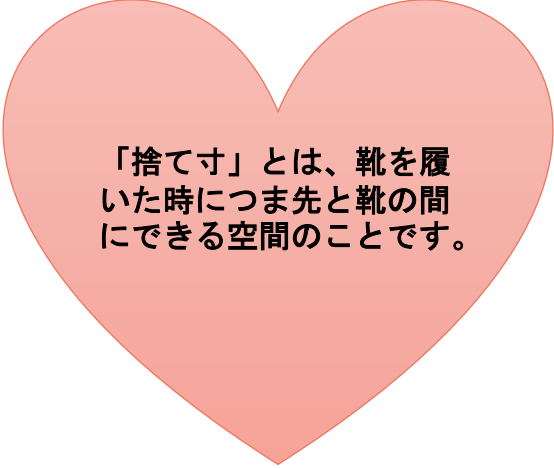
※靴を履いてみる

1. 靴を合わせる

衛生面から考えると靴下を履き、靴をフィッティングするようにしましょう。

2. 靴を履く

かかとをぴったりと合わせ、紐もしくはマジックテープを痛くない程度にきちんと締めます。つま先をあげた状態で、かかとでコンコンと床を叩いてもらうとかかたが合います。



「捨て寸」とは、靴を履いた時につま先と靴の間にできる空間のことです。

靴のフィットニングをチェック

※立った状態でチェック

- つま先にゆとりがあり、指が自由に動くか？
- 足のまわりはきつすぎないか、余裕がありすぎないか？
- かかとがフィットしているか？
- 甲全体がフィットしているか？



※歩いているところをチェック

- 歩き方が不自然ではないか？
- かかとがすっぽり抜けることがないか
- 痛いところがないか



子どもの足は柔らかく軟骨で形成されているため、靴の形によって足が変形してしまう程です。
毎日履く靴だからこそ、慎重に選んであげたいですね！

