



令和2年6月17日発行  
 はすねだこども園  
 子育て支援未就園クラブ  
 (担当) 深川 友紀子

いよいよ、夏に向かい、暑さも増して来ます。外遊びの際は時間を決めて遊ぶようにし、こまめな水分補給を心がけ、室内では冷房も使用しながら熱中症には気を付けましょう。また、暑さで食欲も落ちがちになりますが、冷たい物のとり過ぎには気を付け健康的に過ごせると良いですね。

\* \* \* トイレトレーニングとは \* \* \*

子どもが無意識におしっこをもらす状態から、「尿意を感じてトイレに行く」までをサポートすることがトイレトレーニングです。1歳を過ぎる頃ぐらいから少しずつ尿をためられるようになってくるので、便器やオマルに慣れることから始めていきましょう。座ることを嫌がる時には無理に座らせず、またの機会にしたり、「じゃあ10数えてみよう」と時間を決めて座るなど、子どもの気持ちを優先してあげましょう。また、便器やオマルで排泄できた時には「チイ出たね」と十分に褒めてあげることで「またやってみよう」と自信につながります。2歳頃からおむつが濡れていない時間が増えてきたらトレーニングパンツを履いたり、時間を見てトイレへ誘い掛けてみましょう。年齢はあくまでも一つの目安です。日によって濡れる回数が増えることもあるので、体調や気候に合わせてオムツも併用しましょう。



～トレーニングパンツの選び方～

色々なパンツのタイプがありますが、おすすめは薄いタイプのパンツです。薄いパンツであれば濡れた感覚がすぐに分かり、気持ち悪いと感じます。この不快感こそがトイレトレーニングには大切です。「パンツにおしっこをしたら気持ち悪いんだ」「だからトイレでしょう」と思えるようになります。厚いパンツであれば吸収する量が多いので、床まで濡れることが少ないので大人からすれば洗濯物が少なくすむ、あと片付けも楽、というメリットがありますが、子どもにとっては濡れた感覚が分かりにくいものです。また、好きなキャラクターの物を子どもと一緒に選ぶだけでもテンションが上がるものです。「今日はこのパンツ履く」と楽しみにできるようなパンツと一緒に選んでみてください。



\* \* \* ～進め方のコツ～ \* \* \*

何より大切なことは「怒らないこと」です。どうしてもトレーニングを始めたては失敗が多くなるものです。オムツでは間隔が空いていたのに、パンツにした途端に失敗が増えて、どうして?…という事もよくあることです。「なんでトイレで出来ないの」「どうしておしっこって言えないの」と言いたくなりますが、遊びに夢中だった、まだおしっこが出る感覚が分からない、というような子どもにとって“トイレでおしっこをする”ということはとてもハードルの高いものです。なので、失敗した時には怒りたい気持ちはグッとこらえて、「出ちゃったね。次はトイレでしょうね。」と声をかけてあげましょう。

薄着になり、水遊びなどで着替える機会が多くなる夏は、トイレトレーニングを始めやすい時期です。しかし、子どもによって膀胱の機能の発達や意識は違うので、おむつの取れる時期も違います。「もう〇歳だから出来るはず」ではなく、おしこの間隔が2時間ほどあくのが本格的なトイレトレーニングを始める一つの目安です。尿が十分にたまらないうちに出すことを繰り返すと尿がたまらなくても反射的に出るようになるようです。なので、遊びの区切りの良い時や、寝起きなど無理のない範囲からトイレへ誘いかけられると良いですね。



☆7月の予定☆

～園庭開放～※雨天中止

日時：7月16日(木) 場所：はすねだこども園 運動場

対象：会員外参加可

持ち物：会員証・帽子・水筒・着替え・タオルなど



★裏面に片栗粉を使った感触遊びのやり方を紹介しています★