

広場開放 R2.7 N0,10

湿度が高く、蒸し暑い日が増えてきましたね。附属幼稚園の子どもたちは、園庭でセミの抜け殻を見つけたり、水遊びを楽しんだり、夏ならではの遊びを満喫しています。子どもも大人も元気に過ごせるよう、規則正しい生活リズムを大切にしたいですね。十分な睡眠と栄養をとって、夏を元気に楽しみましょう！！

さて今回は、子育て広場開放時にも質問がよくあがっていた“トイレトレーニング”についての特集です。トイレでの排泄が可能になるタイミングには個人差が大きいので、ゆったりとした気持ちで見守ってあげましょうね。



トイレで排泄ができるようになるまで

0～1歳半くらい

おしっこが自然に出る。



おむつがぬれたら交換して、おしりが気持ちよい状態であるよう心がけてあげましょう。「気持ちよくなったね。」など、声をかけながらおむつを交換してあげるとGood！

1歳半～2歳半くらい

おしっこが出たことが分かるようになる。

おむつにおしっこやうんちが出たことを知らせることができるようになってきます。また、徐々におむつに出る前に、尿意を知らせることができるようになってきます。

2歳～3歳半くらい

尿意を自覚し、トイレで排泄できるようになる。

おむつがぬれたことを自覚でき、排尿間隔が1時間以上あくようになったら、トイレトレーニングを始めてみましょう。

活動の区切り(食事後、午睡後、お風呂前等)でトイレへ誘うと、比較的無理なく誘えるのでおすすめです。

子どもが出す排泄のサインがある？

- ズボンやパンツを脱ごうとする。
- おしりをふる。
- しゃがんだままで落ち着かない。
- おむつを手でおさえる。
- じっとして動かない。 など。



サインは、お子さんによってさまざまです。おしっこやうんちを、このようなサインで知らせてくれた時には「えらいね。」「教えてくれてありがとう。」と褒めてあげましょう！次への意欲や自信につながりますよ。

こんな時はどうすればいい？



◎トイレへ行くことを嫌がる…

→無理せず、機嫌が良い時に誘ってみましょう！
また、冬場の寒い時季より、暖かい時季の方が取り組みやすいかもしれませんね。

◎おもらしが多いような…

→まだ膀胱に一定量ためておくことが難しいのかもしれませんが。おもらしがあった時は「いっぱいおしっこが出てスッキリしたね。」「着替えてさっぱりしようね。」など、排尿することや着替えることに心地良さを感ぜられるようなかわりをしてあげましょう。

◎そわそわしているのに、トイレへ行ききたがらない…

→「トイレへ行きたくなったら、教えてね。」と少し様子を見てみましょう。
「トイレ電車が出発しまーす！」など、お子さんが好きなもので誘うと、スムーズな場合がありますよ。

◎なかなかトイレトレーニングがうまくいかない…

→トイレで排泄することや、失敗することに対し、過敏になっている様子が見られたら、一旦トレーニングをお休みしてもいいでしょう。その中で、排泄に成功したら、「できたね！」と褒めてあげて♪

お子さんの様子や季節なども考慮して、無理はせずにすすめましょう。

失敗と成功を繰り返しながら、排泄の自立が確立し、布パンツで過ごせる時間が徐々に長くなっていきます。お子さんのペースを尊重しながら、「トイレでおしっこすると、気持ちいい」と感じられるようにかかわってあげたいですね。

参考文献 PriPri保健室「排泄の自立」 世界文化社
子どもの発達と保育の本 池田書店



子育て広場開放では どんなことをしているの？



8月の子育て広場開放は、
8月19日(水)、20日(木)、26日(水)、27日(木)
14:30~15:30です。お待ちしております☆

子育て広場開放では、汽車ぼっぽ広場の砂場で遊んだり、石鹸クリームをしたり、水を流して遊んだり…ゆったりとした時間の中で、遊んでいます。

その中で、お家の方同士、お子さんを通して仲良く会話を楽しまれていますよ。

子ども達にとっても、お家の皆さんにとっても、リラックスして園環境に親しむとともに、親子の素敵な時間のひとつにしたいと思っています。お気軽にお越しください！

※8月17日(月) 幼稚園説明会 詳細はキッズリーでお知らせします。