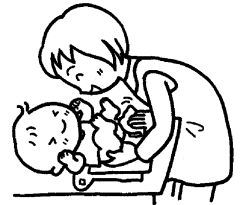




## 2月のゆりかご

4月になると幼稚園の入園や保育所の入所、幼稚園のプレ教室に入室したりと生活が変化するご家庭も多いのではないのでしょうか。幼稚園の説明会等でトイレトレーニングを進めるように話があったが、どうすすめたらよいか…というお話もちらほら聞かれていました。

トイレトレーニングというと“オムツを布のパンツに替えてトイレに誘って…”と考える方が多いのかもしれませんがね。けれども広い視野で見ると、例えば赤ちゃんの時からオムツ替えの際に「たくさん出てすっきりしたね」「おむつがきれいになって気持ちいいね」と言葉をかけることで排泄の気持ちよさを共感することや、清潔にすることの快適さを感じてもらうことも、排泄の自立に向かうかかわりなのではないのでしょうか。



それまでは紙おむつの吸収力にまかせてオムツにたっぷりたまるまでそのまま過ごして、いざトイレトレーニングとなったらひっきりなしにトイレに誘われたり、“おしっこが出る前に言って”等と促されてもお子さんも戸惑ってしまうかもしれませんね。まだ小さいからトイレトレーニングは先の話…という時期でも、例えばおうちの方や兄弟がトイレで排泄するところを見たり、トイレで排泄するとすっきり気持ちがいいということを知らせてあげることもできますね。しばらくオムツに出ていなければトイレに誘ってみて、トイレに慣れておくこともできます。何歳になったから1からスタートということでもないのですね。

また紙オムツからパンツに替えようとする時は、まずはお子さんの排泄の間隔を知ることが必要です。2時間くらい排尿の間隔があいて、おしっこをしっかり溜められるようになっていいることを確かめてください。膀胱がおしっこを溜められる力が未熟なうちに、頻繁にトイレに誘って排泄をすることが習慣になってしまうと、おしっこを溜める力の育ちを妨げてしまうこともあるようです。お子さんの適切な排尿間隔を知り(寒さや水分の摂取量によって差はありますが)、トイレに誘ってあげると親子ともに負担が少ないトレーニングができますね。

そして大切なことは失敗を叱らないことだそうです。トレーニングをする時期が自己主張の強い時期と重なるため、誘ってもトイレに行きたがらずその場で出てしまうことも少なからずあると思います。「だから言ったでしょう！」と責めるのではなく“パンツもズボンもびしょびしょで冷たいよね、次はトイレでできるといいね”等、次のチャンスにつながる伝え方をしてあげてください。忙しくて余裕がない中ではとても難しいことだとは思いますが、お子さんがトイレを嫌いになったり苦痛なものになってしまうように心がけられるといいですね。

お子さんも楽しくトイレトレーニングに向かえるように、親子で一緒にお子さんの好きな柄のパンツを買いに行くのも良いようです。パンツが濡れてしまっても安心して取り替えられるように、枚数は多めに用意しておく心にとりが持てそうですね。



☆こんな絵本もあります。楽しいトイレトレーニングの参考にいかがですか？

『ぷくちゃんのすてきなぱんつ』ひろかわさえこ 作 アリス館 発行

ゆりかごにも置いてありますので、見に来てみてくださいね。

## 3月行事のお知らせ

### おでかけ広場・市民活動センター 3月6日(金) 10:00~11:30

1年の成長を感じられるお子さんの手型・足型をとりませんか? ごっこあそびやボールあそびの遊具ももってでかけます。一緒に楽しくあそんだり、子育てのお話をして過ごしましょう。紙芝居やわらべうたの時間もありますよ。

### ぐるんぱさんのお話会 3月9日(月) 11:00~11:30

絵本とお話の会ぐるんぱの方に来ていただきます。多彩な素材を使って、小さいお子さんにも楽しめるお話を聞かせてもらえます。一緒にお話の世界を楽しみましょう。申し込みは不要です。直接ゆりかごにお越し下さい。



### おおきくなったねパーティ 3月11日(水) 10:30~11:30

一年の成長をみんなでお祝いしましょう。お話を聞いたり歌をうたって楽しみ、簡単な調理をしてみんなで食べましょう。離乳食対応はありませんので、離乳食完了後のお子様からとさせていただきます。詳細についてはゆりかごまでお問い合わせ下さい。食事スペースの都合上10組までとさせていただきます。3月9日(月)までに直接ゆりかごにてお申し込みをお願いします。

### 親子であそぼう♪わらべうた 3月13日(金) 11:00~11:20

わらべうたはお子さんの声域に合うやさしい音楽です。親子で触れ合って一緒に楽しみ、毎日の子育てに取り入れてみてください。申し込みは不要です。お気軽にゆりかごにお越しください。

### みそ汁の日 3月16日(月) 11:30~13:00

季節の野菜とゆりかごの手作り味噌を使ったおみそ汁を昼食の時間帯に提供します。おにぎり等を持ってくれば簡単な昼食にもなりますね。申し込みは不要です。13時前でもみそ汁がなくなり次第終了とさせていただきます。

### 身長・体重計測の日 3月27日(金) 10:00~11:00

申し込みは不要です。直接ゆりかごにお越しください。



### <3月の予定>

◇センター開室日:毎週月~金曜日(祝日を除く) 9:30~15:00

第4土曜日(28日) 9:30~15:00

※30日(月)はスタッフ会議の為、13時までとさせていただきます。

◇園庭開放日:晴れていればすぎのこ保育園の園庭であそべます。

毎週火曜日・木曜日 9:30~11:30

第4土曜日(28日)9:30~11:30

◇電話・面接相談:祝日を除く月~金曜日 9:30~15:00

◇おでかけ広場・市民活動センター:6日(金)10:00~11:30

◇ぐるんぱさんのお話会:9日(月)11:00~11:30

◇おおきくなったねパーティ:11日(水)10:30~11:30

◇親子であそぼう・わらべうた:13日(金)11:00~11:20

◇みそ汁の日:16日(月):11:30~13:00

◇身長・体重計測の日:27日(金)10:00~11:00

