

《トイレトレーニングについて》

これから、暑い時期がやってきます。

排尿したオムツの中は、ほっておくと湿度 85%・温度 35 度以上になり、かぶれたりすることがあります。こまめなオムツ交換が必要です。

またおすわりができるようになったら、トイレトレーニングを始めてみましょう。

排泄の自立の時期には個人差があるのでお子さんの様子を見ながら進めましょう。昼間オムツがとれるようになるのは 2 歳ごろですが、子どもによっては 3 歳ごろまでオムツをしていることもあります。

お子さんが 1 歳を過ぎると排泄をしたそうな素振りを見せるようになります。

そんな時はトイレやオマルに誘ってみましょう。繰り返し誘って座っているうちにだんだんタイミングがあってきます。

また、食事前や寝る前・お出かけ前には声をかけてトイレに促してみるといいですね。

オムツがとれるようになるまでには時間がかかり失敗することもありあります。

失敗したときは叱らずに「今、おしっこが出たね。気持ちが悪かったね。」と出た感覚を感じる言葉かけをしてあげてください。

オムツをしたまま排便しそうな気配がした時は慌てず騒がずにそっとパンツやオムツをおろしておまるやトイレに座らせます。騒いで驚かせないでください

お子さんがトイレに行くのを嫌がる場合は、警戒心が強かったり、トイレに対するイメージが悪かったりするのかもしれませんが。そんな時は、トイレの環境を変えてみるのもひとつの方法です。好きなキャラクターのポスターを貼ったり“できたね”シールを活用してトイレに行くのが楽しくなる工夫をしてみてください。

足が浮いてしまうような姿勢になるのも不安になることがあります。台などを置いて足がつくようにしてみましょう

お子さんとトイレトレーニングを楽しく進めていきましょう。

。