



令和3年春号（第24号）

子育てコンシェルジュだより

掛川市子育てコンシェルジュ（市役所 1 階南側こども政策課内）

E-mail:kosodate@city.kakegawa.shizuoka.jp

☎21-1211

トイレトレーニングのすすめかた

子どものおむつが取れ、トイレで排泄できるようになるまでの練習のことをトイレトレーニングといいます。トイレトレーニングは初めからうまくできなくて当たり前、成功と失敗を繰り返してできるようになります。



進め方の
ポイントは？

*** お子さんの様子に合わせてすすめる**

→ 個人差が大きいので、焦らないでね

*** 褒めて伸ばす**

→ 一番の近道です



開始の目安は？

- ・1歳半～3歳くらい
 - ・立って歩ける
 - ・おしっこの間隔が2～3時間空くときがある
 - ・自分の気持ちを伝えられる
- （おしっこをしたいような仕草や表情などサインが出せる）



どうやって進めたらいいのかな？Step①～⑧で進め方を紹介します。

Step① トイレの便座やおまるに座ってみよう

◎子ども用便座やおまるを準備

床に足がつかないと体が安定しないので、子ども用補助便座の場合は踏み台を置いて足を安定させるといいです。（牛乳パック等で踏み台を作ってもいいですね）



足元へ置く

◎トイレやおまるに座るタイミングは？

- ・2時間以上おむつが濡れていない時
- ・朝や昼寝から起きた時や入浴前に、おむつが濡れていない時



何度も誘い過ぎないように気を付けよう
（嫌がる時、遊びに夢中になっている時などは無理に誘わない）

◎うまくいく工夫は？

❖とにかく褒めよう！

おしっこが出なくても、トイレやおまるに座ただけでも褒めよう

❖トイレに行きたくなるように工夫！

トイレトレーニングの絵本を親子で見たり、トイレやおまるに好きなキャラクターを飾ったり、行きたくなる言葉かけをしたりしてみよう。（「〇〇がトイレで待ってるよ。」「〇〇が見てるよ。」等）



※寒い時期はトイレが近くなりがちなので、トイレに行く間隔が少し長くなる春から夏がやりやすい。

Step② 布パンツにしてみよう

トイレやおまるでおしっこが出るようになったら、挑戦!

- ★初めはトレーニングパンツ(厚手の布パンツ等)で大丈夫
- ★お出かけの時や夜間は無理せず紙パンツでも OK
- ★好きなキャラクターパンツ等を用意するとやる気満々になるかも…

布パンツは、おしっこが漏れて足を伝うので、おしっこが出た感覚を認識しやすくなります。

布パンツでおしっこを漏らす経験は成功への近道!



布パンツに出してしまった時は、「おしっこ出たね。パンツ替えようね。」と叱らないで優しく声かけしよう。



Step③ トイレに誘ってみよう

自分でおしっこが出る感覚がわかるようになって、いろいろな形で排尿のサインを出すことがあります。サインが出たら、「トイレに行く?」と声掛けしてみよう。



「ちちー」と教えてくれたと同時に出てしまうこともあります。そんな時も「教えてくれてありがとう。」と教えてくれたことを認めてあげよう。

トイレトレーニングおすすめ絵本



トイレいけるかな
ひさかたチャイルド
わらべきみか作



といれ
偕成社
新井洋行作



ノンタンおしっこしー
偕成社
キヨノサチコ作



おむつのガーガとおまるのプータ
評論社
バーネット・フォード作



ひとりであんちできるかな
偕成社
きむらゆういち作

◆思うように進まない時や困ったときは、お気軽にご相談ください。

相談先 → こども政策課内 子育てコンシェルジュ ☎21-1211

子育てコンシェルジュって なに?

子育て全般(0~3歳児を持つ家族の相談)に応じています。詳しいことは掛川市ホームページをご覧ください。



子育て総合案内サイト「かけっこ」を活用してください

URL: <https://kakegawa-kakekko.appspot.com>

↑ アクセスはこちら!! (掛川市公式 HP から OK)

掛川市子育て総合案内サイト



検索

スマホからはこちら!! →



かけっこ