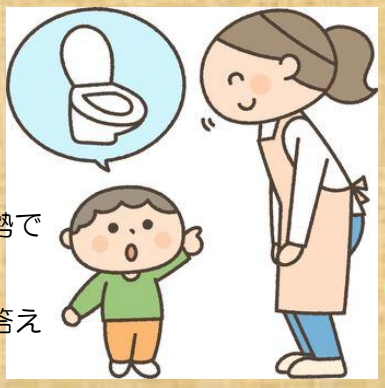
6月子育てワンポイント

『　子どものトイレ　』

「トイレトレーニングについて」

トイレトレーニングに必要な心身の発達は１歳７ヶ月頃からと言われています。この頃に簡単な問いかけに「はい（うん）」「いや」といった言葉に応じることができるようになり、運動能力も次第に発達していきます。発達には個人差があるので、お子さんの心や身体が「トイレに行く」ための準備ができているのかしっかり観察する必要があります。**大切なのは１人ひとりに合わせて開始時期を決めてあげること**です。

トイレトレーニングを
始める具体的な目安は…



（１）　トイレまで自分で歩いていける
（２）　便座やおまるにしっかりした姿勢で座っていられる
（３）　大人の問いかけに簡単な言葉で答えられる
（４）　排尿の間隔が１～２時間あく
（５）　「抱っこして」「ちょうだい」など自分の気持ちを伝えることができる
（６）　大人の真似ができる

これらが全てそろっている必要はありません。
できれば１～４はできるほうが、トイレトレーニングがスムーズに進むでしょう。

また、おうちの方に
余裕があることも
大切です。

（１）　トイレトレーニングにじっくり付き合う時間的精神的余裕がある
（２）　お子さんとの関係が安定している
（イヤイヤ期に入ったばかりなどは避ける）

トイレトレーニングをするのにおすすめの季節は、薄着になる**春から夏**です。薄着の季節はトイレに行ってもズボンやパンツを脱ぐことができ、洗濯物も乾きやすいのでおうちの方の負担が少なくて済みます。お子さんの発達やトイレへの興味を優先してあげてください。

「男の子のトイレについて」（男の子が立って排泄する手順）

最初はズボンやパンツを少し下げただけでは、おしっこがひっかかって濡れてしまうことがあります。慣れてきたら、徐々にズボンやパンツを少しずらした程度にしていきましょう。最初は、ズボンやパンツを全て脱いでから行ったほうがやりやすいでしょう。男の子は排泄を座ってできるようになってから、立って排泄する練習も少しずつ取り入れていくとよいと思います。