



## ★ 第170回『トイレトレーニングのお話』



- ♪ 講師：池田病院 加治木 李看護師
- ♪ 日時：2020年10月17日(土) 14:30~15:00
- ♪ zoom開催
- ♪ 参加者：2組 子ども3名



### トイレトレーニングとは？



これまでおむつでおしっこやうんちをしていた子どもが、大人と同じようにトイレでできるようになる為に練習すること。

### トイレトレーニングはいつから始める？



1) おしっこが出るしくみと脳の発達

★赤ちゃんの頃おしっこがすぐに出てしまうのは・・・

- ・膀胱が小さくておしっこをためておけない。
- ・脳が未発達で、少したまると反射的にでてしまう。



2) 開始のめやす

- ①1人で歩ける
- ②言葉が理解でき、意思が伝えられる
- ③おしっこの間隔が2時間くらいあく。1回の尿量が増える



### トイレトレーニングの近道



- ・保護者がトイレに行く時には連れて行き見せる
- ・絵本などを使っておしっこやうんちのことを子どもと話す
- ・トイレに行ってもまずは座らせる、日常の習慣にする(朝起きた時、食事の前後など)
- ・できたら必ずほめる、できなくても叱らない

トイレに行ってみる？



親の心構え ①焦らない ②叱らない ③比べない



## Q&A

Q: うんちの時、トイレに行くと出なくなってしまう(大人と同じトイレで練習中)

A: 足が地面につかなくて踏ん張れず、上手く力が入らない場合がある。踏み台を置いたり、好きなキャラクターのおまる等で挑戦してみましょう。

Q: トレーニングを中断した時、どのようなタイミングで再開したら良いか？

A: はっきりとした期間はないが、絵本などを活用し、子どもがトイレに興味を持つように関わり、声掛けしていく。興味がでてきたら、再びトイレトレーニングを始めましょう。

### 次回のご案内

2021年1月30日  
14:30~15:10

zoom de いけ☆キッズ

「セルフヘッドセラピー」

ご予約やお問い合わせは、  
チックタック童夢館

<099-255-3737>まで

