

このコーナーはPDF版では掲載しておりませんのでご了承ください。

子育て応援！



子育て支援センター

トイレトレーニング③

トイレトレーニングでは、まずおしっこ、それからうんちと別物で考えるのが定説です。うんちは回数や出しやすさに個人差が大きいので、トイレでできるようになるのも十人十色。次の三つをヒントにあせらず、ゆっくり見守りましょう。



①スタイル

洋式トイレで、足が床に届かず力が入れにくいとうまくいきません。

②うんちのかたさ

うんちがかたくて出にくい：繊維質の食事や水分のとり方に気をつけましょう。腸の筋肉が弱くてうんちの送りが悪い場合もあるので、外遊びで体や筋肉を鍛えることも大切です。

うんちが柔らかすぎるといきまなくてもスッと出てしまつてもらしてしまふ場合には、腸が発達して動きが落ちてくるまでもう少し待ちましょう。

③場所みしり

全部わかつているのにトイレでしない場合にトイレやおまるの「場所」にこだわっていることがあります。大人でも場所によって排便しにくいことがあるのと同じで、なかなかトイレになじめないのです。場所みしりの気持ちを自分で乗り越えるまで無理強いしないで待つしかありません。まねしたがるの年ごろなので、お友達のしているところをみるのがきっかけで乗り越えることが多いようです。