

トイレトレーニング

【開始の目安：体と心の準備はできてますか】

- ★歩ける
- ★おしっこの間隔が2時間以上あいている
- ★言葉や動作で自分の意思を伝えることができる

【お子さんの準備ができていたら…】

- ① おしっこをする場所があることを教え、そこに座ることに慣れさせる。
- ② おしっこのでる間隔を見計らい、目覚めた後や食後にお子さんをトイレに座らせてみましょう。嫌がる場合は、無理強いせず「またあとにしようね」と声をかけます。
- ③ 習慣にするうちに偶然おしっこがでたら…出たものをみながら「チーでたね」と喜んでみせ、「すっきりしたね」とたくさん褒めてあげましょう。失敗しても叱らずに、「おしっこがでて気持ち悪かったね」と声をかけ取り替えます。一度オムツが外れても、また失敗することもよくあります。焦らずに気長に進めていきましょう。



☆トイレを嫌がる場合☆

【どんな理由が考えられる？】

トイレの空間（暗さ、におい、音が怖いなど）

遊びを切り上げられない、排泄習慣がついていない…

【対応例】

- ① いやな原因を取り除く
- ② お楽しみをつくる
- ③ 誘うタイミングを一定にして
習慣化していく

例えば…お風呂の前にトイレなど



問合せ・発行

富士市 地域保健課 Tel64-8993

こども未来課 Tel55-2896

(子育て総合相談センター)