

トイレトレーニングのポイント 子育て伝言板

中央子育て支援センター

主査 石井 静枝

子どもが、生まれてから成長する過程で、覚えなければならぬことの一つに排せつがあります。簡単にできるようで、できないのが排せつのしつけ。失敗を恐れていてはいつまでたっても覚えることができません。

思い切ってオムツからパンツに切り替えると、最初は失敗もありますが、その都度「シーシー、ママに教えてね」「シーシーはトイレでしょうね」などと繰り返ししているうちに、自分から動作や言葉で教えてくれるようになります。

この時期はパンツを汚す場合が多いので、枚数をそろえておくことと保護者にも余裕ができるでしょう。また、3歳ごろになると、遊びに夢中になるため、今まで一人でできていたのに、オシッコを漏らしてしまうこともあります。

しかし、濡れた不快感を泣いて知らせたり、オシッコが出てから知らせたりしているうちに、我慢することができるようになりますので、あせらないことが大切です。



ちょっとした大人の言葉遣いやトイレの場所が変わると緊張し、大人が一生懸命になっても受け入れてくれないこともあります。

■ 排せつの間隔をつかむ（2時間くらい我慢できるなど）

■ 「オシッコが出たら教えてね！」と子どもに話す

■ 教えたら、たくさん褒める（自信をもたせる）

■ 失敗してもあせらない「今度教えてね！」と気長に見守る

■ 思い切ってパンツに切り替える
トイレトレーニングは、子どもの年齢にこだわらず、濡らしたら取り替え、時間を見計らってトイレに誘い、上手にできたら褒めて、自信が持てるようになるまで、あせらず気長にしつけるよう心掛けます。

問い合わせ 子育てグループ
(☎ 85 5 6 3 4)

人が輝き まちがときめく

仲間たち Group



バドミントンサークル『四つ葉サークル』

『四つ葉サークル』は、バドミントンを通して、健康づくりや仲間づくりを図ると、平成元年に結成されました。

現在、会員は40歳代から60歳代までの10人。毎週金曜日の午前、総合体育館に集まり、さわやかな汗を流しています。

「会員には、バドミントンの経験者もいますが、健康づくりが目的なので、初心者の方も安心して参加できます。季節を問わず、気軽に楽しめるのがバドミントンの魅力。ぜひ、わたしたちと一緒に心地良い汗を流してみませんか」と入会を呼び掛けるのは、代表の桜井英雄さん。

「バドミントンの技術向上よりも、プレーを楽しむことを第一に活動しています。いつも和気あいあいの雰囲気、プレー中も笑い

技術向上よりも、プレーを楽しむことを第一に活動しています



が絶えることのない、楽しいサークルです」と桜井さんは、活動の様子を話してくれました。

サークルでは、活動のほか、食事会や自然散策会などを行い、会員同士の親ほくも図っています。

2年前に入会した菊地隆さん・房子さん夫妻は、「転勤で千葉県から戻ってきたときに、友人に誘われて入会しました。バドミントンは以前からやっていますが、今でもサーブが入ったり、スマッシュが決まったりしたときが一番うれいのですね。サークルで新しい友人もでき、毎週、総合体育館に出掛ける日が待ち遠しいです。健康のためにも、これからも長く続けていきたいですね」と笑顔で話してくれました。

入会を希望される方は、桜井さん(☎ 86 9 1 5 4)までどうぞ。