



# たんぽぽだより

神原保育園 子育て支援センター TEL 0836-21-6484  
2020年 特別号⑦

支援センターに寄せられるご相談の一部を、ご紹介します。  
今回のお悩みは、3歳半健診で多く聞かれるこちら。

Q. おしっこはトイレでできるのに、  
うんちはわざわざ紙パンツに  
はきかえて、するんです。



## A. ご相談、ありがとうございます！

ちゃんとはき替えているところを見ると、便意もしっかりと分かっている様子。あと一息ですね。

「リビングで紙パンツ」から「トイレの便座」への移行には、場所（リビング→トイレ）とやり方（紙パンツ→便座に座って）の二つを変える必要がありますが、まずは出た後の習慣から変えていきましょう。

まずはうんちをトイレに落とすところをお子さんに見せましょう。それからお子さんを便座に座らせて、おしりを拭くように習慣付けましょう。

こうすると、「トイレでうんち」のゴールをイメージしやすくなります。拭き方や流し方も、一つ一つ教えましょう。このとき、「うんちは汚い」と言わないで、「元気なのが出たね」と言うようにしてくださいね！

次は、場所とやり方を同時に変えようとせず、まず一方の変化に慣らし、次にもう一つを慣らして、ゴールというイメージで進めましょう。

①場所から変える…紙パンツをはいたまま、トイレに行ってする。出た後は紙パンツを脱いで便座に座らせ、おしりを拭いて水を流す。便意を感じてトイレに行けるようになったら、だんだんと便座に座ってすることも促していきましょう。

②やり方から変える…オマルをお持ちの場合は、いつもの慣れた場所にオマルを置いて、座ってうんちすることを促していきましょう。トイレでおしりを拭く習慣がついたら「ここで座ってできるといいね」と声をかけるようにしましょう。

お子さんの抵抗が少ない方から変化させると上手くいくようです。  
それでもやっぱり難しい場合は、ご相談下さいね。

