



# トイトレすごろく ～番外編～

子どもにとって、おしっこやうんちは、さっきまで自分の一部だったもの。衛生的には直接触るべきではありませんが、「汚い」と言われると、さびしく感じるようです。子どもが正しく学習するためには、どう言えば上手く伝わるのでしょうか。ぜひ参考にしてくださいね。

「おしっこがでたね。」  
「うんちがでたね。」  
「着替えようね。」  
「おしっこが出ないと大変！  
出てよかったね。」  
「出たときはすぐ教えてね。」



「くさいよ。」  
「きたないでしょ。」  
「きもちわるいよ。」  
「あーあ。もれちゃーね。」  
「もう、なんで言わんの？」  
その他、ため息や無言対応



事実を言葉にして伝えられることで、おしっこやうんちが出たことをしっかり自覚でき、出たときは着替えればいと学習できます。

優しく対応してくれる人には「出たよ」と報告しやすく、結果的に予告もスムーズにできるようになりやすいです。



結局どうすればよいか、肝心なことが学習できていないので、次回も、もれたままになりがちです。

ネガティブな対応をする人に対しては、報告しにくいと感じるので、出ていても「でてない」などと言うようになることもあります。

## そもそも、トイトレはいつから？

- ①子どもが、しぐさや言葉で思いを伝えようとする。
- ②排尿の間隔が2時間程度あいている。  
(筋力や膀胱の大きさによって個人差があります。2時間はあくまでも目安であり、一定量をまとまって排尿できるようになっているかを観察してください。)
- ③おしっこやうんちがでたときに動きが止まるなど、排泄の感覚を子ども自身が感じている。

「〇歳になったらはじめよう」という大人のタイミングより、お子さんを観察してお子さんのタイミングに合わせてスタートされると良いと思います。

トイトレは、子どもたちに「おしっこやうんちはトイレでしてくださいね」と、丁寧に知らせていくことですので、上手く伝えることが、スムーズに完了するコツです。パアトレ入門も、参考にしてくださいね。

