

# 応援します！「トイレトレーニングの進め方」ステップ1

あすなる幼稚園 担当：彩

あすなる幼稚園では、オリジナルのトイレトレーニング応援シールシートをお渡ししています。このシートのおススメ使い方や、トイレトレーニングのポイント等をご紹介していきたいと思えます。

## ♡トイレトレーニングの流れ♡

### ① 始めてみよう！トイレトレーニング

お子様が・歩ける・ジェスチャーや言葉でコミュニケーションが取れるといった体や認知能力の準備が出来てきたら、始めてみましょう！オシッコの間隔は2時間なんて空いていなくても大丈夫。トイレトレーニングを始めていくことで膀胱が鍛えられて間隔も空いていきます。間隔15分くらいからでも充分、始められますよ。

まず、お家の方はトイレトレーニングを始めよう！と思い立ってみてください。（この決意が大事）

### ② 環境を用意してあげよう

ご自分のお子様に合わせて、考えつく限りの「**トイレでするってカッコいい**」とお子様自身が思える環境を**ワクワク面白がって**用意してあげてください。（トイレに誘うタイミングはあまり意識しないで自然に誘ってOK）※「オムツが外れるとカッコいい」を推さないところがポイント

#### ☆トイレトレーニング応援シールシート

「環境を用意する」の一つとして「あすなるオリジナルのトイレトレーニング応援シールシート」を活用してください。

活用の一例

- ・「トイレに行けた or 便座に座れた」だけで貼れるシート
- ・「オシッコ出来た」で貼れるシート
- ・「ウンチが出来た」で貼れるシート



等、頑張った度合いで貼れるシートに差をつけ、それぞれに貼るシールにも差をつける。

このシールをお子様と一緒に探しに行くのも◎

ゴールした先に憧れる素敵なパンツをトイレの壁に貼っておくのもおススメ。

#### ☆「環境を用意する」ポイント

どんなアプローチがお子様にヒットするか分かりません。だからとにかく思いつく限り試してみましょう！**せっかくです、試行錯誤も面白がってしましましょう！**

#### 1. 五感を刺激するなど、多方面からアプローチする。例えば・・・

見る刺激…お家の方がトイレマン・オシッコマンになりきって登場する。（1回吹っ切れると楽）  
便座の蓋の内側に強烈な仕掛けをする（防水シールなど活用できます）

聞く刺激…様々な関係者に最大限に褒めてもらう（身近な諸先生、遠くの親戚の電話褒めもあり）。  
その子の目の前で他の家族に大げさに褒めて報告する「第三者褒め」も効果的）

トイレに入った瞬間やオシッコが出た瞬間にテンションが上がる音楽や褒め言葉が流れるようにする（スマホなど活用できます）

#### 2. 楽しさをアピールする。例えば・・・

- ・男の子限定ですがトイレトペーパーに好きそうな絵的のを描いてあげて、便器に落としその的にオシッコを当てる射的ゲームにする（コレが立ってするきかけに！）
- ・諸刃の剣作戦ですが…思い切ってトイレトペーパーで遊ぶ日を設けてみる



## 応援します！「トイレトレーニングの進め方」ステップ2

あすなる幼稚園 担当：彩

さて、トイレトレーニングを始めてみたものの、そうは上手く進まないもの…。そんなちょっと行き詰った時こそ、実はもう次のステップに上がっているのです。さあステップ2のポイントをご紹介します。

### ① あれこれ刺激を続けてみよう！

お子様の気持ちかノるまで、あっちの刺激こっちの刺激、試行錯誤を続けてください。

※「トイレに誘われるのも嫌がる」ゾーンに入ったら、時には「ちょっと刺激しないで気持ちを寝かせる」という刺激も手です。…環境を用意する主体の方がそれをお休みしている時にポロっと他の人が刺激することで、コロッとノることもアリ。でもお休みは必ず復活して下さい。

#### ☆心構えのポイント

トイレトレーニングのゴールはあくまで「お子様が自分からヤル気になる」です（ここまで行けば「トイレで出来る」は、ほんの数歩先にあります）

けれど、スタートは「お家の方がお子様がヤル気になるためにアレコレ動き出す」ことです。

つまり「**能動的に待つ**」姿勢が大切です。

#### ☆停滞期のポイント

また、オシッコはトイレで出来たけどウンチは…というタイプや便座に座るけれどオシッコが出ないというタイプなど、様々な「次の一步がねえ」という停滞期もあるかと思えます。

そんな時に心掛けて頂きたいのは「**ヤル気スイッチを探さない**」ということです。そのヤル気スイッチが見つかったところで、押すのはお子様自身なのでから。

それよりも「**やりたくないスイッチ**」を探してみましょう！お子様が次の一步を進みたくない何か、こだわりポイントがあるはず。そこを絞って絞って、本当に嫌なのは何なのかピンポイントで分かれば、そのポイント以外は譲歩する可能性が大きいのです。（例えば、こだわりが「カーテンを触ってほしい」のであれば、カーテンの傍におまるを持ってきたら出来たり、カーテンと同じような生地を握らせてあげればトイレで出来たり…）

### ② お子様がヤル気になったところで失敗したら・・・

「**失敗という結果なんてたいしたことではない**」「**トライするその気持ちが素晴らしいのだ**」という旨を伝えてあげてください。

その子のその時の状態によってベストな対応は違います。だからこそ、お家の方はお子様を知ろうとして頂きたいです。その姿勢があれば、たとえトンチンカンな対応でも気持ちは伝わります。

…とは言っても、お家の方に余裕がない時の失敗も起こりません。そんな時はまず「おわ～」とか「うへえ」とか、言葉ではない声を出してしまっただけで一呼吸。次に、この呪文を唱えます「こんなこと出来るのも今だけ今だけ」「すぐ笑い話になるなる」お子様に関わるのはそこからでも大丈夫です。ただし、どんな様子なのか、何を求めているのかしっかり見てあげてください。

でも、こんな余裕さえなくて出来なくても大丈夫。お家の方だって、結果なんか、たいしたことないんです。後で落ち込むその気持ちが素晴らしいんですよ！



# 応援します！「トイレトレーニングの進め方」番外編

あすなる幼稚園 担当：彩

## ♡便利グッズのご紹介♡

さて、あすなる幼稚園がおススメしているトイレトレーニング用の便利グッズのご紹介です。

### ① 携帯用トイレ

防災グッズとして販売されていますが、これさえ常に持ち歩いていればトイレトレーニング中の突然の「オシッコ！出る！」にもサッと対応できます。外出も怖くなくなり、パンツで外出トライしやすくなります。本当に便利です。

もしも使わず余ったら、防災用に常備したり、車に置いておいて渋滞対策にしたり、常に一つは持ち歩いていても邪魔にはなりません。（私は電車で乗り合わせた、具合の悪いお子さんの嘔吐用に差し上げて役立ちました）

また、わざわざ買うのは…という方はちょっとかさばりますが、履けなくなったオムツを吸収部分だけ切ってジップロックに入れておけば携帯トイレの代用品として使えます。



### ② ペットシーツ

オネショの始末って結構しんどいもの。夜中や明け方、待たなしてアレコレ交換やら洗濯やらお子様のケアやら…後始末している自分のケアも誰かしてくれ！と叫びたくなる夜もあります。これが辛くて「寝ている時だけオムツ」から卒業できないことも。それに丸洗できないものまで染み込む不衛生さも気になりますよね。

そんな時にペットシーツです！これを必要な大きさに張り合わせ（だんだん小さくしていけます）シーツの下に敷き（ズレ防止と肌触りの為）、さらに（心配な方は）その下に防水シーツ（洗えるタイプ）を敷きます。これでもう、安眠できます。

なお、余ったら起きている時のお漏らし拭きや、下の赤ちゃんのおむつ替えシートにも使えます。（我が家では洗濯機が壊れたり水道管が壊れたりした不測の水トラブルでも大活躍でした）

## ♡ご相談・リクエスト受け付けています♡

ここまでお話をさせて頂いたように、トイレトレーニングも一人ひとりの辿る道筋は違い、「やりたくないスイッチ」だって違います。

ベストな関わりをお家の方（その子のプロ）と保育者（保育のプロ）で共に探っていきましょう…という姿勢はあすなる幼稚園が保育において一貫して提案させて頂いている姿勢そのものです。ですから、もしこれをお読みになって、うちの子にはどうしたらいいのかしら…なんて思われた方がいらしたら、ぜひお気軽に、あすなる幼稚園 担当：彩までご連絡ください。

お電話でも直接でも、構いません。一緒に考えていきましょう♪

また「あすなる幼稚園オリジナルのトイレトレーニング応援シールシート」のうちの子に合う違うバージョンを作ってほしい、なんてリクエストもお寄せください。楽しみにお待ちしております。

トイレトレーニングだって、借りられるものは誰の手でも借りて「せっかくのイベント」としてお家の方もお子様も楽しんで体験して頂けたら、嬉しいです。是非「頑張ってる」ではなく「面白がって」下さいね！