

らじみさらダボール子育て情報



「生活習慣と発達」
令和2年11月18日号
板橋富士見幼稚園



おむつ外しは焦らずゆっくりと

子育ては、何人目でも毎日が初めての経験です。自分の子育ての経験を次の子に当てはめても、なかなか通用しないことに気づかれる人も多いことと思います。あの子は、この頃にはおむつがとれたから…と、トイレトレーニングを無理矢理進めてしまい、逆に遅くなったような経験がある方もいるかもしれません。

人間にとって、排泄行為は知的に高い行為です。排泄行為が遅れる子供は、自立が遅れると言われるゆえんです。

昔は布のおむつを使っていたため、排泄物が直接肌に触れ濡れると、明らかに身体的に不快感を感じ、泣き叫んで親に訴えたことから、親もすぐに気づいておむつを取り替えることができました。それを毎日行っていると、どの時間に大便や小便をするのかがわかり、そのリズムを感じ取って、その時間にトイレへ連れて行きトレーニングを行っていました。



時代とともにおむつも進化しました。今のおむつは不快感が少なく、子供自身も気持ち悪がらないために、親もいつ排泄したのかさえ気づかないことが多いようです。そのため、トイレトレーニングのタイミングを親がつかみ取ることが困難になっているのです。

目安としては3歳の入園までには、一人で排泄をできるようにしていきましょう。このリミットを目安に逆算して、そろそろトイレトレーニングをしていく時期かも、と考えスタートすることをおすすめします。

その際、子供から排泄したサインを受け取るために、おむつの中にキッチンペーパー等を挟むのもよいかもしれません。今まで何も感じなかったおむつが、排泄の度に濡れている感覚があるので、子供からサインを受け取ることができます。これを数週間繰り返すと、子供の排泄のタイミングがつかめるようになってくるので、その度にトイレに連れて行き、排泄を促すようにしていきましょう。一度試してみてくださいはいかががでしょうか。