



ひ・よ・い通信

令和3年7月号



厳しい日差しや暑さを感じる日も多くなり、いよいよ夏本番です！緊急事態宣言も明けましたが、まだまだ油断できません。マスクをしていると喉の渇きに気づきにくかったり、冷たい空気を吸えず体温が下がりにくいなど、熱中症も気になるところです。戸外ではマスクを外したり、こまめな水分補給で、熱中症に気をつけて元気に夏を乗り越えましょう！！

花だんがお花でいっぱいになっています。



あか・しろ・きいろ…色々な色の花が咲いているなか、ひまわりの芽も大きく育ってきました。これから、きれいに咲いてくれるのを楽しみにしながら、水やりや草ぬきなどを子どもたちと一緒にしていきたいと思います。

タイヤとびにチャレンジ!!

タイヤとびを作りました!!
①手をつく②両足で踏み切る③ジャンプしてタイヤに座る④とびこえる
1人ひとりに合わせてチャレンジできたらなと思います。



トイレトレーニングに挑戦しませんか？

暑くなってきて紙パンツの中はムレムレ!!
少しでも快適に過ごせるよう、思い切って布パンツにするのはどうですか？
夏は洗濯物も乾きやすく、チャレンジするのに良い季節です。

進め方のポイント

1 始める時期を選ぶ

おしっこの間隔が2~3時間になり、しぐさや言葉でおしっこが出たことを伝えられるようになったら、トレーニング開始OKの合図です。

2 排泄のしぐさを教える

おしっこやウンチが何なのか、食べ物や飲み物が体に入るとどうなるのかを知ることで、トイレへの関心も大きくなり、自主的にトイレトレーニングを行うきっかけ作りができます。



どうしてうんちがでるんだろう？生き物は鳥も、馬も、そして人間もみんなうんちがでます。それは食べ物を食べるからなんだということがわかる一冊です。



トイレのために排泄のしぐさを教えたいママとパパにおススメの絵本です！主人公が食べたお弁当が口から肛門まで旅をするストーリー。可愛い3色の列車は、熱エネルギーになる食べ物/体を作る物/調子を整える物と別れているため、食のバランスについても勉強になります。

3 トイレを楽しい雰囲気にして

トイレに行きたい！と思ってくれるような雰囲気作りも大切です。
好きなキャラクターのポスターや、成功したときにシールなど、子供がやる気になる工夫があるといいですよ!!

4 トイレやおまるに座らせる

トイレにセットできる補助便座やステップ、おまるなどを用意して座りやすい環境を作ってみましょう！
食べた後は比較的出やすいので、出なくてもトイレに座る経験ができるの良いですね。

5 トイレがどんな場所かを伝える

決まった時間に行く習慣も身につくといいですね。また、お家の人がトイレへ行く時に一緒に行くことで、段々とトイレがどんな場所か伝えていくのもいいですね。

成功させるために必要な「3つのない」

焦らない

おむつ外れは、その子の心身の発達によるところも大きく、個人差もあります。「私の教え方が悪いせいかしら？」などと自分を責めず、その子のペースに合わせ、焦らず進めていきましょう。

叱らない

叱ると子供は自信をなくし、トイレに行くことを嫌がるようになることも。親の方もついイライラしてしまいがちですが、「そのうちできるようになる」と、大らかに構えましょう。

比べない

周りや比べてしまうと、怒らなくてもいいところで怒ったり、落ち込まなくてもいいところで落ち込んでしまいがち。比べるのなら、昨日のわが子と比べ、できるようになったことを見つけてあげましょう。

トイレトレーニングは、子供の“できた！”という達成感を増やしていく絶好の機会です。親子でコミュニケーションを重ねながら、一緒に成長を見守っていきましょう！