



# すくすくだより

\* 10月号 \*



朝夕に冷え込むようになり、徐々に寒さを感じられるこの頃ですが、子どもたちは園庭で元気いっぱい遊んでいます!! また、今月はそれぞれの学年で園外保育にも行きました! 年少さんは古代の里に行って散策や遊具遊びを楽しみ、年中さんはやくらいガーデンに行き綺麗なお花を見てきました。どの学年の子どもたちも、虫を見つけたい、どんぐり拾いをしたりしてこの季節ならではの遠足をととても楽しんでいましたよ!! 年長さんは、11月にりんご狩りに行く予定です♪ 気温が過ごしやすい今の時期に体を動かしたい散歩をしたいと様々な経験が出来るといいですね!!

## 次回の

すくすくクラブは・・・  
11月25日(土)

ぜひお越しください☆

＼待ってるよ～♪／

## かぜ予防しましょう!!



朝夕の気温差が大きくなり、暖房器具を使用することが多くなってくると、空気が乾燥しウイルスが増えるのに格好の条件になります。元気に冬を乗り切るために、規則正しい食事や睡眠はもちろんのこと、外出後や食事前にはうがい、手洗いを欠かさないように心がけましょう。



## ♪すくすくトーク♪

### ～トイレトレーニングについて～

オムツ交換をする0歳児、オムツ交換をしながら時々トイレに座る経験をする1歳児、排尿時間が長くないトイレで排泄が出来るようになる2歳児。年齢によって排泄面でも成長が見られ、そろそろトイレトレーニングを考えている方もいらっしゃるかと思います。“おしっこがしたい”“トイレに行きたい”と子ども自身でわかることがトイレトレーニングの第一歩です。日頃からお子さんの排泄の様子を見て、おしっこが出たタイミングでオムツを交換したり、トイレに行きたそうな素振りについて「おしっこ出る?」とトイレに誘ったりするなどして子どもの様子を察知できるように心掛けることが大切ですね。

### <排泄が自立するまで>

#### ★0歳児

- ・短い時間で排尿する
- ・オムツが汚れると泣いて知らせる
- ・排尿時間が徐々に一定になる



#### ★2歳児

- ・排尿を予告したり、排尿後に知らせたりする
- ・トイレに誘うとトイレで排泄する
- ・日中はパンツで過ごす日が増える

#### ★1歳児

- ・トイレに興味を持つ
- ・排尿間隔が2時間以上になる
- ・オムツで排尿中などに動きが止まるなどのサインが出始める

#### ★3歳児以上

- ・「おしっこ」と言って自分でトイレに行く
- ・トイレに行くまで我慢できる
- ・トイレでひと通りのことができるようになる

#### ★1日の生活のリズムの中で…

朝起きてから夜寝るまでの生活の流れに合わせて、排泄のタイミングが習慣づいていくようにしましょう。(食事前・お昼寝の後・お風呂に入る前…など)

#### ☆うまくできたらとにかく褒めましょう!

やっとトイレに行けたとしても必ず出るとは限りません。繰り返してトイレに誘い、何かのきっかけで出たときには思いっきり褒めましょう! トイレに行ったら、便座に座れた時・おしっこがでたときなど、出来たことを褒めて自信に繋げてあげましょう。

※トイレトレーニングには個人差がありますので、焦らずお子さんのペースに合わせて進めていきましょう。