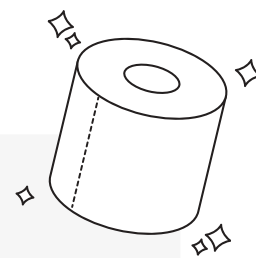
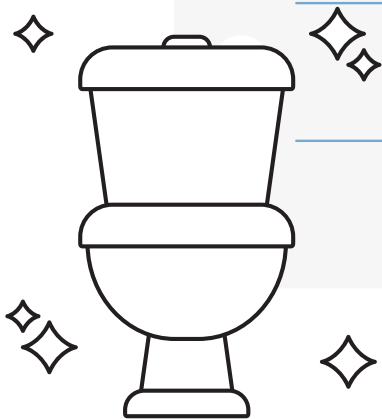


kucca



～お母さんが楽になる～
トイトレ完了コース



これではっちり！
トイトレ完了への道！






◆4ヶ月◆

- 寝る時間と起きる時間はしっかりと決めて実行
 - 授乳にメリハリをつける（時間を区切る）
 - 膀胱に溜まっていたら泣く、ということが減っても声がけだけは欠かさず実行
 - おむつは濡れたらすぐに取り替える（紙おむつでもこまめに替える）
- ※できたらチェック！

やってみてどうだったかをメモ

◎これはなんだろう？なぜだろう？があればメモ◎
※疑問点があることは悪いことじゃない！成長の発見
につながるカギになります。

◎自己評価◎

- できた 
- まあまあできた 
- なかなかできなかった 




◆ 6ヶ月 ◆

- 昼寝の時間をなるべく決める
 - 授乳にメリハリをつける（時間を区切る）
 - 排泄後（おむつ交換時）の声かけを忘れない
 - 声かけのレパートリーを増やす
 - おむつは濡れたらすぐに取り替える（紙おむつでもこまめに替える）
 - 自由遊びを増やす
- ※できたらチェック！

やってみてどうだったかをメモ

◎これはなんだろう？なぜだろう？があればメモ◎
※疑問点があることは悪いことじゃない！成長の発見につながるカギになります。

◎ 自己評価 ◎

- できた 
- まあまあできた 
- なかなかできなかった 

◆10ヶ月◆

- 絵本を使って排泄の興味を促進
- お股やおちんを触ったりした際に、「ここからおしっこが出るんだよ」などとお話ししてあげる
- 布おむつだけでなく、ふんどしやおまるなども活用する
- 生活の中のタイムスケジュールをしっかりと習慣づける
- 子どもの好奇心を優先させる
- 褒めて排泄へのやる気を育てる


※できたらチェック！


やってみてどうだったかをメモ


◎これはなんだろう？なぜだろう？があればメモ◎

※疑問点があることは悪いことじゃない！成長の発見につながるカギになります。

◎自己評価◎

できた 

まあまあできた 

なかなかできなかった 




◆11ヶ月◆

- おまるやおむつ交換を嫌がったら無理にさせずにまずは受け入れる
 - 絵本やおもちゃを使ったりと、いろんなシーンから排泄の事をお話しする
 - しない、嫌がる↑やめるではなく、「気が向いたらトライ」の意識で継続する
 - 歩きはじめたりする場合は、立って交換できるよう練習する
 - 昼寝の時間が長い子は、15時までには起きるように工夫をする
- ※できたらチェック！

やってみてどうだったかをメモ

◎これはなんだろう？なぜだろう？があればメモ◎
※疑問点があることは悪いことじゃない！成長の発見につながるカギになります。

◎自己評価◎

- できた 
- まあまあできた 
- なかなかできなかった 


◆1歳7ヶ月～9ヶ月◆敏感期到来 初期


- とにかく身体を動かす
 - 積極的なトイトレアプローチをする
 - 排泄のしくみをしっかり理解する
 - イヤイヤ期の本質を理解する
 - ジェスチャーなども取り入れて、感覚、気持ちを表現することを教える
 - 朝起きてすぐと夜寝る前の《おまるorおむつ交換》は必ずする
 - できる限り紙おむつを使わない選択を増やしていく
 - 就寝20:00 起床6:00 日中のお昼寝は1回1時間～2時間で切り上げ、15:00以降はなるべく寝かせないように
- ※できたらチェック！


やってみてどうだったかをメモ

- ◎これはなんだろう？なぜだろう？があればメモ◎
※疑問点があることは悪いことじゃない！成長の発見につながるカギになります。

◎自己評価◎

できた 

まあまあできた 

なかなかできなかった 


◆1歳10ヶ月～2歳◆敏感期ピーク 中期


- 特に筋力を意識して、とにかく身体を動かしましょう
 - 1日2kmは歩く（年齢×1kmを目安に）
 - 積極的なトイトレアプローチをする（その子らしさを見つける）
 - 排泄のしくみをしっかり理解する
 - 自己主張＝意欲を活用する
 - 生活の中に感覚、気持ちを表現する会話を取り入れる
 - 着脱の練習につなげるため、まずは靴下や靴を自分で履くことから始める
 - 朝起きてすぐと夜寝る前の《おまるorおむつ交換》は必ずする
 - できる限り紙おむつを使わない選択を増やしていく
 - 就寝20：00 起床6：00 日中のお昼寝は1回1時間～2時間で切り上げ、15：00以降はなるべく寝かせないように
- ※できたらチェック！


やってみてどうだったかをメモ

- ◎これはなんだろう？なぜだろう？があればメモ◎
※疑問点があることは悪いことじゃない！成長の発見につながるカギになります。

◎自己評価◎

できた 

まあまあできた 

なかなかできなかった 


◆2歳0ヶ月～6ヶ月◆


- アスレチックなどの公園に積極的に行く
 - 1日2kmは歩く（年齢×1kmを目安に）
 - 着脱を自分でやらせる
 - 絵本を利用して本人にも排泄のしくみを教えてあげる
 - セリフに必死にならず、目に見えるものを言語化して声がけする
 - 紙おむつを手放していく（夜も外出も）
 - 朝起きたら・夜寝る前に【必ず】排泄する（出なくてもいいので習慣づける）
 - 夜間の排泄のチェック
 - 就寝20：00 起床6：00 日中のお昼寝は15：00以降はなるべく寝かせないようにする
- ※できたらチェック！


やってみてどうだったかをメモ

◎これはなんだろう？なぜだろう？があればメモ◎
※疑問点があることは悪いことじゃない！成長の発見につながるカギになります。

◎自己評価◎

できた 

まあまあできた 

なかなかできなかった 


◆2歳歳7ヶ月～3歳◆


- 「月齢の目安」にとらわれず、目の前の我が子に必要なことを施す
 - 子どもの個性をしっかりと見つめる（同様に自分の個性も） 身の周りのことは一通り最後まで自分でやらせる（完璧でなくてよい）
 - 1日2kmは歩く（年齢×1kmを目安に）
 - 紙おむつを手放す（夜間も外出時も）
 - 朝起きたら・夜寝る前に【必ず】排泄する（出なくてもいいので習慣づける）
 - 夜間の排泄のチェック
 - 就寝20：00 起床6：00 日中のお昼寝は15：00以降はなるべく寝かせないようにする
- ※できたらチェック！

やってみてどうだったかをメモ

- ◎これはなんだろう？なぜだろう？があればメモ◎
※疑問点があることは悪いことじゃない！成長の発見につながるカギになります。

◎自己評価◎

できた 

まあまあできた 

なかなかできなかった 