



わくわくひろば もあ通信

2026年9月1日発行



子育てお役立て情報 【トイレトレーニング】 No.3



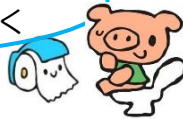
👉ながと子育てナビ
はこちらから

2歳後半～3歳

(年齢はあくまで目安です)

- 声を掛けられると自分からトイレに行こうとする
- 見守っていると一人で排泄出来るようになる
- ズボンとパンツを脱いで便器に座る

👉こんな姿がみられはじめたら、
トイレの使い方を伝えていく



- ◎トイレトーパーの使い方
(トイレトーパーのちぎり方、お尻側に手をまわし、前から後ろに向かって拭くなど)
 - ・お尻の拭きかたも伝えつつ、一度一人でやらせてみて、仕上げは大人で!
 - ・トイレの後は手洗いも忘れずに
 - ・自分で着脱しやすい服が好ましく、自分で出たと言う経験は自信につながります☆

▶声掛けや付き添い、手助けはまだまだ必要

自分から尿意を知らせるようになって、遊びに集中、夢中になってしまうこともあります。

子どもの様子を観察して、声を掛けていきましょう。



動作が
止まる

股をギュッと
閉じる

ズボンの前を
抑える

足をくねらせ
もじもじさせる

▶体調や気分によってもまだまだ不安定

「いや!」が続く時には無理強いしない。

スムーズに進む日も、そうでない日もある事を頭の片隅に入れておきましょう。

大人も子どもも、のんびり・ゆったりとした気持ちで関わる事が大切です。

～排泄の自立Q&A～

Q.1 「できた」という自信や「次もトイレで!」という意欲が大切♪

カーテンや家具に隠れて排便するのはなぜ??

A トイレで排尿できても排便はまだというケースもあります。集中したい、リラックスしたいなど理由は様々。無理に誘わず優しく声を掛けるようにしましょう。

Q.2 トイレトレーニングは夏から始めるのが良い??

A いつでも大丈夫です◎

時期が来たらいつ始めてもOKです。ただ冬は夏と比べて排泄の間隔が短く回数も多くなるのでリズムはつかみにくく、厚着をしているので失敗すると洗い物が増えてしまいます。これらの事を理解したうえで取り組みましょう。

Q.3 おねしょをしてしまうので、寝ていても起こしてトイレに行かせた方がいい??

A 夜中には起こさなくてよいでしょう◎

睡眠を妨げると、ホルモンの分泌が少なくなり、おねしょが治りにくなります。

行きつ戻りつしながら、その子のペースで楽しみながら進めていきたいですね♪

