

ほけんニュース

トイレの上手な使い方

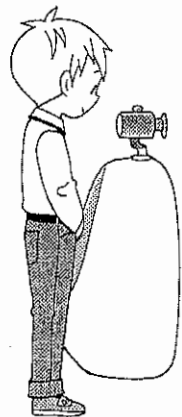
子どもにとって、トイレを上手に使えることは、自信を持って生活することにつながります。上手に使えた時は、ほめてあげましょう。

洋式トイレ



ズボンやパンツを下ろして便座に深く座り、服の裾を持ちます。おとな用の便器は、お子さんの体には大き過ぎるため、ご家庭では、補助便座や踏み台などがあると、より上手に使えるでしょう。


小便器



幼稚園・保育所や外出先などで小便器を使う時は、便器のすぐ前に近づいて立って、おちんちんを持って便器に向け、腰を前に突き出します。便器の外に、おしっこが飛び散らないように注意しましょう。

おしりを拭く時

トイレトペーパーでおしりを拭く時は、服を汚さないように、事前に袖をしっかりまくっておくように伝えます。また、おしっこでもうんちでも、前から後ろに向かって拭くことを教えます。



トイレが終わった後は

最後に水を流すことや手洗いを忘れていないか、お子さんと一緒に確認しましょう。

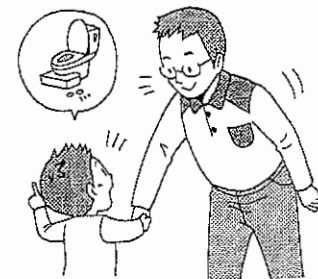
水を流して、最後まで流れたかを見る



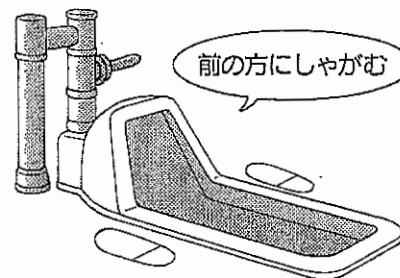
石けんを使って手首まで洗う



汚したらおとなに教える



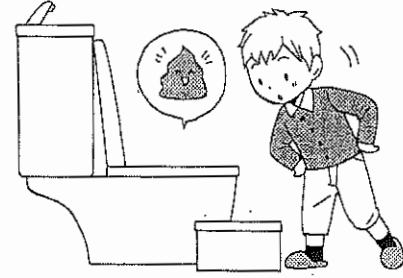
和式トイレも経験してみましょう



小学校は和式トイレの場合もあるため、今のうちから使い方を教えて、経験させてみてはいかがでしょうか。和式トイレは、便器の前方に足を置きます。ズボンやパンツを膝より下まで下ろすと、服が汚れてしまうことがあるので注意します。最初は、練習しやすいレギンスなどの服装で試すとよいでしょう。

うんちやおしっこを観察しましょう

トイレでうんちやおしっこをした後は、水で流す前によく観察してみてください。うんちは、体の調子や食べたものによって変化します。よく見る習慣をつけることで、流し忘れも少なくなります。また、トイレを汚した時も自分で気がつきやすくなります。



監修 常盤短期大学 幼児教育保育学科 准教授 村上八千世先生