

# のびっこ

令和5年7月発行（7.8月合併号）  
恵那市生涯学習課 太田  
☎0573-26-2111(内線475)

このおたよりでは、子育て情報や、子育てについて考えるキッカケを掲載していきます。

## トイレはどうしてる？

暑くなってきて、トイレトレーニングの質問をいただくことが増えました。



【3歳入園前の夏】がひとつのタイミングと言われています。

ただ、子どもの身体の発達には個人差がありますし、家庭環境（きょうだい関係やお仕事の都合など）も様々です。

親も子も辛くならないような、ほどほどのトイレ。  
この夏チャレンジしてみませんか？

今よりちょっと気楽に  
今よりちょっと楽しい  
親子でそんな毎日を！

やり方を知る

試してみる

うまくいく

うまくいかない

次を試してみる

## 保育士さんに聞いてみました！

“うちの子”にあったやり方を探していきましょう

膀胱の機能の準備ができるのは2～3歳くらい。  
おうちでは、まず「トイレに行く」ことに慣れるよう頑張ってみてください。  
1歳前、お座りができたら、おまるや補助便座に座らせてみることから始めましょう。

入園までにおむつが取れなくても、心配しないで！  
園で一緒にやっていきましょう。



何が「イヤ～！！！」なのかな？

イヤイヤポイントを探って、やり方や声かけにひと工夫。うまくいけばラッキー、ダメなら次へ。

トイレに行くのがイヤ！

⇒親のトイレと一緒に行く、お人形あそびでトイレを準備、トイレの絵本など興味を持てるように。

綿パンツがイヤ！

⇒一緒に買いに行って本人が選ぶ。水遊びの時の水着代わりに。「ママとおそろい！」

## ちょっとトーク

親の個性、子どもの個性、家庭環境などがみんな違うように、価値観も子育ての【正解】もひとつではありません。だから【間違い】もありません。考え方は人それぞれ！

トイレで困っていること、心配なこと、アイデアなどをシェアしてみましょう。

トイレ、  
うまくいってる？

近くの人と  
話してみましょう！

最後まで聞く 相づちを打つ  
否定しない  
自分の常識を押し付けない



## 活動紹介

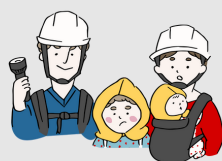
# こども園でパネルシアター（上矢作）

上矢作地区の乳幼児学級参加は1組。「同年代からの刺激が欲しいね」「子どもを預けている保護者も乳幼児学級みたいな場があるといいね」と、会場をこども園にして活動しました。

親子で【ぼんぼこ】さんのパネルシアターを見たり、歌ったり。お仕事を調整して親子で楽しむひととき。その後、保護者だけで「こんな時どうしてる？」と日ごろの様子を話し合い、「いろんな考え方があるね」との声もありました。



## 子連れ防災



できることから、ちょっとずつ！

防災の考え方は、家庭によってそれぞれです。家族構成やペットの有無で備蓄量も異なります。

停電時の灯りは用意していますか？  
仕舞い込んであると、いざという時に使えません。  
懐中電灯やランタンの灯りで一晩過ごしてみませんか？  
小さい子のいる家庭には、両手が使えるヘッドライトがおすすめです。

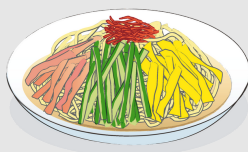
今月のプチ防災

ヘッドライト



えなえーる発！

## 恵那の台所ばなし



蒸し暑い夏、冷やし中華は、意外とバランスのよいメニューです。中華麺の上には鶏むね肉やハムなどのタンパク質、トマトやきゅうりなど夏野菜がたっぷりです。ボリュームもあります。身近な食材で完成する手ごろ感もありますが、少し気にしてみると、100%恵那の食材で作ることができます。全部が甘酸っぱいタレに絡んだときの口通りは爽やかで、発酵食品お酢の効果を知らないうちに身体に取り入れているところもさりげない魅力。地元産の冷やし中華、この夏ぜひ。

えなえーるは、パロー恵那店2階にある《恵那中央出張所》です。小さい子の参加できるイベントもあるのでお立ち寄りください。

## 担当者のつぶやき



妊娠中に安心できるサービス

【恵那市マタニティ・サポート119】

妊娠中の急な腹痛や不正出血、陣痛、破水などの症状がある時

☑かかりつけ医に連絡し、緊急と言われたけど移動手段がない

☑かかりつけ医に連絡する時間がない

⇒119番で救急車を要請

⇒かかりつけ医に搬送



◀詳細はこちら



『のびっこ』をご覧くださいありがとうございます。  
ご意見・ご感想・ご要望などをいただくと嬉しいです。右のバーコードから入力いただけます。

