

# 11月

# げんきだより



令和6年11月1日発行 子育て支援センター 文責 加藤 弥生



ハッピーハロウィン♪

町内の木々は、きれいに色付いていた葉を落とし、寒々しい姿になりました。いよいよ冬がやってきます。まだまだ1日の気温差や空気が乾燥する事で、風邪をひきやすく、インフルエンザも流行し始める時期になってきました。寒いからと言って、衣服を重ね着してしまうと、体温がこもり発熱する事もあります。また、意外と冬場も汗をかきますので、汗の始末や夏と同様に水分補給に気を配り、体調管理を心がけていきたいですね。11月もたくさんの利用をお待ちしております。



ボール  
プール  
楽しい

出来上がり！！



栄養教室でスイートパンプキンを作って試食！おいしかった♡



トランポリンの日



## 今月の予定

日	月	火	水	木	金	土
					1 げんきだより発行	2
3 文化の日	4 振替休日	5 トランポリンの日 11:00~11:45 13:30~14:30	6 講演会 トリムセンター 10:00~11:00	7	8 赤ちゃんの日 10:00~11:30 ※午前は広場の利用ができません	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20 親子で音遊び 10:00~11:00	21	22 11月生まれの誕生会 10:00~11:00	23 勤労感謝の日
24	25	26	27	28	29 はじめましての日 13:00~17:00 ※午後は広場の利用ができません	30



子育て応援コーナー

「トイレトレーニングはいつから」の話題がありました  
「ぶくちゃんのお母さんのかかわりはホッコリ安心できます。」「大丈夫！おかわりパンツまだあるよ」は素敵なおまじないの言葉です。「トレーニング」というよりも、自然に自律に向かう方法を探ってみましょう♪

(子育て応援ブックより)

### ●おしっこの自律に向けて

- ①排尿の感覚が空き、トイレに興味を持つ
- ②大人の排尿の様子に興味深く観察
- ③座ってみて「シー」残念！でない
- ④タイミングが合えば出る「やったー！」
- ⑤寝起きや入浴前に誘われて座る
- ⑥トイレで排尿の回数が増える
- ⑦「布パンツ10枚」を買いに行く
- ⑧おむつが濡れなくなる
- ⑨おむつ卒業の日を一緒に決める
- ⑩布パンツで過ごす(着脱自分)
- ⑪お漏らししたら「おかわりパンツ」
- ⑫おしりの拭き方を教えてもらう

### ●うんちの自律に向けて

- ①物陰など、決まった場所でりきむようになる
- ②大人の排泄が気持ちよさそうに見える
- ③いきみ出した時に「うんち出る？」と聞かれ、嫌でなければトイレに座ってみる
- ④間に合えばトイレでうんちが出て気持ち良さを実感
- ⑤「〇〇ちゃんのうんちバイバイ」と流す
- ⑥タイミングが合えば出る、を何度か繰り返す
- ⑦自分で「うんち出るよ」と教えるようになる
- ⑧自分でパンツを脱いで座る
- ⑨おしりの拭き方を教えてもらう
- ⑩自分でおしりを拭いた後、確認してもらう

### ●大事なポイント♪

- ・失敗してもとがめない！淡々と取り替えてあげる。こんな日もあるさ♪と深呼吸
- ・補助便座や踏み台を用意すると、子どもがトイレに座りやすくなる。
- ・トイレに行き渋る時は、「ママと〇〇ちゃん、どっちが先におしっこする？」と誘う。
- ・トイレで排尿ができるようになりおむつが濡れなくなったら、子どもと一緒に布パンツを選んで「10枚購入し、パンツになる日を相談して決めてカレンダーに〇をつける。
- ・パンツにしたり、おむつにしたり、大人のその日の都合で変えると子どもは混乱する。
- ・自宅のトイレで排泄するようになったら、公園や子育て拠点のトイレも経験してみる。
- ・出かける先や移動の流れの中で、利用可能なトイレとトイレタイムを確保しておく。
- ・出かける時もパンツで、複数の着替え(パンツ・ズボン・靴下)と雑巾を持って出る。



### 11月20日 親子ふれあい音楽あそび♪♪

心と心をつなぐ音楽遊びとして、

音楽教室「Music Studio Sakae」の坂本栄枝先生さかもとさかえが来てくださり、一緒に歌をうたったり、鈴などを使ってリズム遊びをしたりして楽しみませんか。

場所 子育て支援センター

時間 10時から行います

※人数把握のため申し込みをお願いします。当日参加でも大歓迎です。ぜひお越しくださいね♪



11月6日は、上土幌町マミー助産院の渡辺雅美わたなべまさみ助産師さんが来てくれてお母さんの心と身体や赤ちゃんの体について等お話しくれます。

場所 トリムセンター(ふれあい集会室)

時間 9時50分(受付)

10時から行います

たくさんの参加をお待ちしております

### 鹿追町子育て支援センター

〒081-0216

鹿追町鹿追北2線8番地

TEL 0156(66)1165

FAX 0156(66)2167