



2023年 8月号

はやしクリニック
キッズ・ケアルームだより

はやしクリニック キッズ・ケアルーム
町田市忠生 2-29-20
TEL 042-793-3722
<http://hayashi-clinic.jp>

眩しい太陽の陽射しと共に夏がやってきました。

たくさん遊んで、いっぱい食べて、そしてしっかりと休息を取りながら、体の変化に気をつけつつ、暑い夏を元気に過ごしてほしいですね。

7月のキッズ・ケアルームでは、上気道炎、RS、ヘルパンギーナ、胃腸炎などで60名のご利用がありました。

★育児のお話★ ～～トイレトレーニングについて～～

*開始するのにお勧めの季節は？

- 薄着になる春から夏にかけてです
- 薄着になる季節はすぐにズボンやパンツを脱ぐことができ、洗濯物も乾きやすいので、おうちの方の負担も少なくてすみます

*トイレトレーニングを始める具体的な目安は？

- トイレまで自分で歩いて行き、便座やおまるに座れる
- 大人の問いかけに、「はい」「イヤ」など簡単な言葉で答えたり、「抱っこして」「ちょうだい」など自分の気持ちを伝えることができる

*夜のおねしょがなくなるには身体の成長が必要

- 朝までのおしっこを溜められるくらい、膀胱が大きくなること
 - 夜、熟睡する時に分泌される「抗利尿ホルモン」が働くこと
 - 抗利尿ホルモンとは、夜の間の量を減らし、朝までもつようにする働きのあるホルモンで十分に分泌されるようになるのは5～10歳くらいだと言われています。
- 昼間、トイレに行くことができて、夜おねしょをしてしまう場合は、夜だけオムツを使用しましょう。朝、オムツが濡れていない日が続いたらパンツに移行しても大丈夫です。

★オムツの取れる時期には、個人差があります。1歳代～3歳代の間で、かなりばらつきがあります。トイレトレーニングは、一進一退の場合も多いので、焦らずに進めたいですね。

～～保育室からのお知らせ～～

誠に勝手ながら、8/14（月）～8/18（金）まで夏休みとさせていただきます。
8/21（月）より、通常通りに保育を行います。