



季節や遊びに合わせた衣服を選ぼう！

穏やかな気候になり子どもたちも活発に遊ぶ機会が増えていきます。小さな子どもは、身体の機能や危険に対して予測する力が未熟なので、ケガや事故などの危険に繋がりがやすいです。衣服の選び方を工夫して危険から子どもを守りましょう。

ケガや事故を防ごう

*足のサイズに合った靴を履かせましょう

サイズが大きいと脱げやすく転んでしまいます。小さいと靴擦れや指先のケガに繋がります。

*フード付き上着はなるべく避けて

遊具に引っかかって転んだり、首が絞まったりする原因になります。

*スポンの裾はくるぶしの位置まで

裾がかかとまでであると、踏んで滑ってしまいます。子どもの場合、転倒の危険もあります。



暑さ対策も万全に！

*半袖の着替えを多めに準備しよう

暑い日に長袖で過ごすすと体に熱を溜めてしまいます。半袖に着替えて遊びましょう。

*寒いときは重ね着で対応を

日中と朝晩の気温差が大きい季節は、半袖と長袖を上手に組み合わせましょう。

*外遊びの時は、帽子を被りましょう

頭を直射日光や紫外線から守ることができます。体感温度も10℃ほど変わります。

熱中症

暑い日は熱中症にも注意が必要です。水分補給はしっかり行いましょう！

排せつ

トイレトレーニングって何から始めたらいいのかな？と思う方も多いのではないのでしょうか？子どもの排泄機能の育ち（目安）を知って、お子さんの発達に合わせた練習を進めていきましょう。

0歳児 おむつ

1歳頃までに排尿間隔がだんだん長く、一定になる。

→ おむつ替えの時、「おしっこ出たね」「すっきりしたね」など、快・不快の言葉かけをしましょう。

1歳~3 気づく

おしっこが出る、または出たことに気づくようになる。

→ 「おしっこサイン」に気づいたら、トイレに誘ってみましょう。（急にしゃがむ、もじもじする）



2歳~3 知らせる

ぼうこうの機能が発達し、おしっこを少し我慢できるようになる。

→ おしっこが出そうなことを事前に言葉で知らせられるようになります。間に合わなくても怒らずに、練習しましょう。

3歳~3 トイレで

尿意を感じて自分でトイレへ行けるようになる。

→ 排泄後のお尻の拭き方や着衣、手洗いなど、徐々に練習していきましょう。

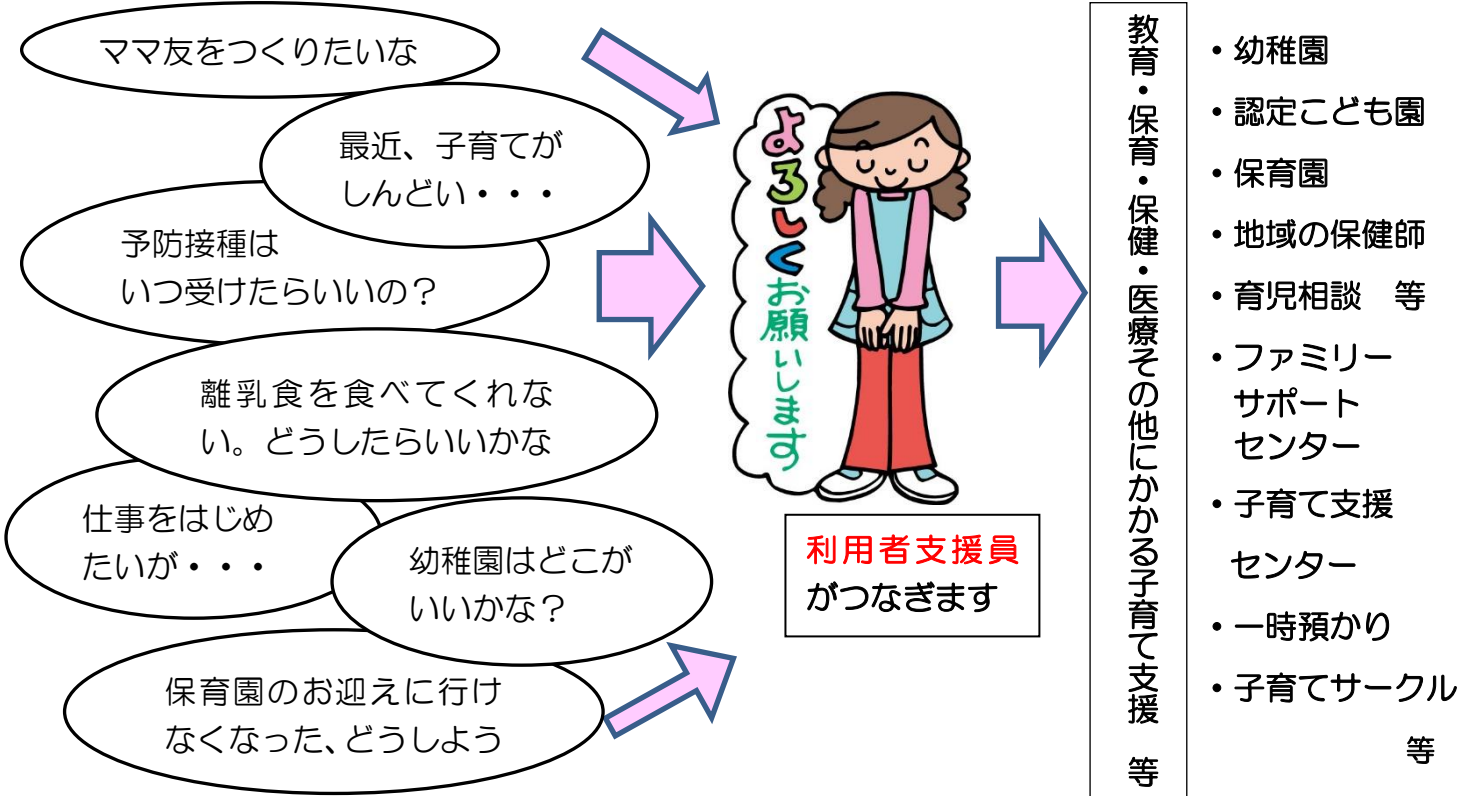


暖かい季節はトイレトレーニングがしやすいと言われています。最初からトイレで上手に排泄できなくても大丈夫！大人のまねをしておまるやトイレに座るところからスタートしていきましょう。

利用者支援員ってなあに？

子育て中の親子
(妊娠中を含む) の声

子ども・子育て支援
にかかる施設・事業



就学前の子育て家庭を対象に、ニーズに合わせて必要な支援を選択して利用できるよう、「利用者支援員」が情報提供や相談・援助などを行っています。子育ての中で気になること、困っていること、悩んでいることなど、気軽に声をかけてください。

子ども・子育て支援センター すくすくの杜 利用者支援員

八幡市のイクキャラ
シジュウカラ
ちっぴー！

子育て家族を応援します

子どもを温かく見守る

子どもを導く

子どもを励ます

子どものスキルを伸ばす

子どもの進歩を評価する



シイちゃん



ジュジュちゃん



ウッピちゃん



カカちゃん



うらちゃん