

2024年

11月号

ぽかぽか

だより

問い合わせ：多可町子育てふれあいセンター（中区岸上244-17）、TEL：0795-32-2816

11月10日は
『いいトイレの日』

Let's トイトレ!!



スタートの条件

- ・1人で歩ける。
- ・言葉がわかり、
「おしっこ」がでる。
- ・おしっこの間隔が
ある程度ある。



いるもの

- ・補助便座やおまる
- ・トレパン
- ・踏み台
- ・トイレ用子どもスリッパ など



子どもの好きなキャラクターで
興味をひきつけよう

始める前

- ・「おしっこでたね」と声をかける習慣をつける。
- ・時間を決めておむつチェックをして、おしっこの間隔をだいたい把握する。
- ・おまるや便座に座わらせて慣れさせておく。
- ・大人のトイレの様子を見せる。
- ・おむつの上からトレパンをはいて気分を上げる。



始める時

- ・起きた時、お風呂の前、寝る前に
トイレに誘う。
- ・うんちは食後に誘う。
- ・おしっこの間隔に合わせて、2時間
おきなど時間を決めて誘う。
- ・夢中で遊んでいる時は誘わない。
- ・無理強いはいしない。

- ・失敗の気持ち悪さを体験させる。
- ・ほめまくる。（ほめる人が「たいへん」
やる気up!）。でも大げさ過ぎると
プレッシャーになるので、ほどほどに
- ・失敗は引きずらず、気分を切り替える。
- ・否定しない怒らない。
- ・成功（トイレに座るだけでもOK）したら、
シールなどのごほうびを



年度別おやこあつまれ～ 活動時間 10:00～11:30

同じ年度生まれのおやこで、いろいろな活動を楽しみましょう。いつからでも参加できます。

	日 時	場 所	内 容
R3年度生まれ (R3.4.2～R4.4.1)	11月5日 (火)	余暇村公園	“秋さがしをしよう～” ※雨の場合は2回目の活動と入れ替えです
R4年度生まれ (R4.4.2～R5.4.1)	11月19日 (火)	子育てふれあいセンター	“親子クッキング” さつまいもを使って おやつを作ろう♪ (持) お茶
R5年度生まれ (R5.4.2～R6.4.1)	11月18日 (月)	余暇村公園	お散歩しよう ※雨の場合は2回目の活動と入れ替えです。
R6年度生まれ (R6.4.2～)	11月29日 (金)	子育てふれあいセンター	さつまいもで“クッキング”!! & おはなししよう♪



ボランティアサークル活動 活動時間 10:00～11:30

誰でも、いつからでも参加できます。また、新しい活動をしてみたい方はご相談ください。

グループ名	日 時	場 所	内 容
おとはなサークル	月 日 ()		
ぽかぽか編集	11月20日 (水)	子育てふれあいセンター	ぽかぽか2月号12月号編集
古着屋たかっ子	月 日 ()		
ママのあったか音楽隊	11月6日(水) 11月17日(日) 11月27日(水)	子育てふれあいセンター	“クリスマス会”出演に向けて練習
れもんの木	11月24日 (日)	グリーンプラザ	秋あそびと焼きいもをしよう!
ユニキッズ	11月28日 (木)	子育てふれあいセンター	おはなししよう

R 6

今月から活動がスタート!
手形・足形をとろう♪



こんにちは〜



かわいいあんよ♡



寝相アート
かわいいね



R 5

座談会
誕生日&クリスマスプレ 何がiiiかな?

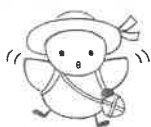


おめでとう〜



R 3・4

秋まつり
仮装して
ハイキース♡



子育てママインタビュー

Vol.16



ママの1日 ～お仕事ママ編～

色々なママの1日を聞いてみて
タイムテーブルにしてみました。
(まいの一例です) 🕒

4歳、2歳のママ

- 7:30 起床
- 8:30 登園 & 家事
- 9:30 仕事
- 14:30 昼食
- 16:00 お迎え
- 17:00 夕食準備 & 子ども遊び
- 18:00 夕食 & 風呂
- 20:30 絵本 & 寝かしつけ
(寝落ち多々)
- 22:00 家事 & リラックス
- 24:00 就寝

4歳1歳のママ

- 5:45 起床、おさぎはん、登園準備
- 6:40 家出発
- 7:30 子ども車登園(ハロハロ)
- 8:00 出勤(仕事)
- 12:00 お昼
- 15:30 子ども連退園(祖父母)
- 16:40 退勤
- 18:00 祖父母宅へ子ども達を迎えに行く。
- 18:10 帰宅、大急ぎで夕飯の支度
- 18:30 タコ飯
- 19:00 お風呂、絵本タイム、洗濯など家事
- 20:30 就寝、寝落ち!

小学生、5歳、2歳のママ

- 5:00 or 5:30 起床
- 7:20 小学生登校
- 8:20 キッズ組バス送り出し
- 9:00 出勤(仕事)
- 15:30 仕事終了
- 16:00 - 瞬帰宅 家事
- 16:30 キッズランド & 学童お迎え
- 17:00 夕飯作り
- 18:00 ~ 19:00 お風呂 & 夕飯
- 21:00 寝かしつけ
- 21:30 就寝

ほぼ毎日子どもと共に寝落ち
夜中に目が覚めた時にだけ、
2~3時台に家事の残りをやる。

4歳2歳のママ

- 5:00 起床
朝食、園の準備
- 5:45 子どもと朝食(夫)
- 6:15 出勤
- 6:40 出勤(夫) 子どもを預ける(祖父母宅)
- 8:00 バス送り出し(祖父母)
- 17:00 お迎え(祖父母)
- 18:00 子どもと夕飯(祖父母)
- 19:00 帰宅、お風呂、家事
- 20:00 夕食、家事
- 21:00 お喋りタイム、就寝

次回
は
在宅
育児
ママ