じいじ・ばあばの

孫育て

サポート手帳

河内長野市

はじめに

子どもの成長過程で、親も子もたくさんの人と出会い、様々なかかわりを実体験することで豊かな心が育ちます。
みんな「孫のために」「地域の子どものために」と思っているのは同じです。
孫と親世代と自分たち(じぃじ・ばぁば)の生活に、笑顔のあふれる時間が増えるように、関わり方やサポートのヒントを集めてみました。
「子育て・孫育て」がきっかけとなり、地域全体が活気づくように、地域と家族の良きじぃじ、ばぁばになりましょう。

もくじ

- じぃじ・ばぁばの役割ってどんなこと？ P.3
- いっしょに考えよう！上手なつきあい方Q&A P.5
- 孫育てをめぐるトラブルを避けるために… P.14
- 知っておきたい！子育ての“昔”と“今” P.15
- 今どきの子育て事情・今も昔も変わらない大切なもの P.18
- 孫を守るために、家の中の危険をチェック！ P.19
- 子どもの事故例 P.20
- 孫の体調が悪い時の判断は？ P.21
- 孫の緊急事態！そんな時どうする？ P.22
- 困った時、悩んだ時は相談を P.23
- いっしょにおでかけしてみましょう P.24
- 地域で子育て・孫育てを楽しみませんか？ P.25
- 編集後記 P.27
- 「じぃじ・ばぁばの孫育てサポート手帳」に寄せて P.28

お孫さんの写真

ここに写真を貼りましょう。

名前

誕生日

身長

体重

メモ(お孫さんへの気持ちなど…)

じぃじ・ばぁばの役割ってどんなこと？

“孫育て”で大切にしたいこと…

子育ての主役はパパとママ。
じぃじ・ばぁばは、子育てのサポート役としてパパ・ママを見守り、
困った時に手をさしのべてあげましょう。
どんな子育てをしたいのか、どんなサポートをしてほしいのか、パパ・ママにきいておくといいですね。
そして、じぃじ・ばぁばの生活も大切にしながら、無理のないように“孫育て”を楽しみましょう。

パパ・ママに聞きました！

＼じぃじ・ばぁばとのうれしかった！悲しかった…エピソード／

「ひとりで頑張らなくてもいいよ」
と言ってもらえた。

「ママがんばってるね」
と言ってくれる。

しんどい時「私もそうだったよ」と共感してくれた。産後に心身ともに不安定になることはよくあるよと肯定してくれて、とても救われた。

「いつでもかけつけるから、手がいる時は遠慮せんと連絡しておいで」
と言ってもらえた。1人で子育てしているんじゃないって思えた。

「2人目まだ？兄弟いなかったらかわいそうやで」「女の子もほしいでしょ？」と言われて困った。

「無理したらあかんで。完璧じゃなくていいねんで」と言ってくれる。

子どもの成長を一緒に喜んでくれる。
できることが増えてきたねと、
子どものことをほめてくれる。

保育園に通い始めた娘に
「ごめんね。かわいそうに」
と言われた。

母乳をなかなか飲んでくれず、悩んでいる時に、母乳のすばらしさを言われてとてもプレッシャーに感じた。

泣き声がひどくて、
近所迷惑になると心配した時に、
「子どもは泣くのが仕事だし、
みんなお互い様」と言ってくれた。

アレルギーを「大げさ」と言われた。

みんなが
笑顔になるための

パパ・ママとの関わりのポイント

「育児の主役はあくまでパパとママ」
ということを、心にとめておく。

他と比べず、否定せずにまずは受け止めて、
おおらかな気持ちで見守る。

じぃじ・ばぁばが疲れてしまっては
元も子もありません。
自分たちのライフスタイルも大切に…。

かけてあげたいことば

「がんばってるね」
「こまった時はまわりにたよっていいんやで」

さけたいことば

「かわいそう」
「まだ～なの？」

離乳食がうまく進まず悩んでいた時、
「いずれ食べるから心配しなくていいよ」と言ってくれた。

子どもが体調をくずすと
「かわいそう」と言われる。

帝王切開を「楽でよかったね」と言われた。
悪気はないんだろうけど、私も帝王切開したくてしたわけじゃない…。

「昔ながらの遊び」を
教えてもらえるとうれしい。

子どもの行事の**風習を**
おしつけられて悲しかった。

子どもに**ネット動画**を
みせたくないのに、祖父母は子どもがぐずると、すぐみせてしまう。

子どもが泣いて
どうしようもない時、
気晴らしに子どもを散歩に連れて行ってくれた。

祖父母が、**突然家に来てあせりました。**連絡してから来てほしかった…。

いっしょに考えよう！上手なつきあい方Q&A

じぃじ・ばぁばのきもち　孫が生まれたら思い浮かぶ、いろんな行事があるなぁ。

Q. かわいい孫の行事ごと。
できることは
してあげたいけど…

A. じぃじ・ばぁばのしてあげたい気持ちを伝えて、
パパとママがどうしたいかを聞いてみるといいでしょう。

最近は、しきたりにのっとった祝い方を省略する方も多くなっています。
また、初節句や子どもの誕生日を「親と子だけで祝いたい」という親も多いようです。
親がどうしたいと考えているのか、聞いておくのもいいですね。

祖父母としてしてあげたい事がある場合は、父方・母方の祖父母のバランスもあるので「お誕生日のプレゼントをあげたいと思うんだけど、何がいいかな？」「初節句のお祝いをしてあげたいと思っているんだけど、どうかな？」などと伝えてみてはどうでしょうか。

行事ごとの例

- お宮参り
- お食い初め(百日祝い)
- 初節句
- お誕生日
- 七五三
- 入園・卒園・入学…など

パパ・ママのきもち

子どもの行事(お宮参りやお食い初めなど)、私の意見を聞いてくれて、すごくうれしかった。

行事にかかるお金のこと。
相談しながらきちんとしてくれて、
すごくありがたいです。

正直なところ、お誕生日の当日は、親子だけでお祝いしたかったかも…。

じぃじ・ばぁばのきもち

親の子育ての方針・しかり方が気になる…。

Q. パパ・ママの育児、もっと
こうすれば良いのにと思うことも…
育児のアドバイスを
してあげたいな。

A. じぃじ・ばぁばからみると、危なっかしくみえたり、
気になることもあるかもしれません。
でもパパ・ママなりの考えや方針、子育てに対する思いがあります。
もどかしくてもやり方を尊重し、見守ってあげましょう。

子育て経験が豊富な祖父母からすると、「こうしたほうがいい」「これはしない方がいいのでは？」と思うことも多いかもしれません。他ならぬかわいい孫のこと、とても気になりますよね。

その気持ちをぐっとおさえて、親の子育てを見守っていると、パパとママのがんばりが見えてきたりします。そんな時、「がんばってるね」「よくやってるね」などと声をかけてあげましょう。一生懸命な気持ちを認めてもらえると、親もほっとして心に余裕ができます。

そうすると「実はちょっと悩んでて…」「こんな時はどうしたらいいと思う？」と相談をされるかもしれません。その時に一緒に考え、「～してみるのはどう？」と提案してみるといいですね。

パパ・ママのきもち

私の子育てをみて、「よくやっていると思うわ～」とばぁばに言ってもらえて、すごく気持ちが楽になりました。

子どもが〇〇なのは、育て方が悪いんじゃないかと、否定されてつらかった。

子どもの歩き食べに悩んでいた時、ばぁばが「こっちにおいで。一緒に食べるよ～」と上手に声をかけて座らせてくれて、うれしかった！

しかり方や食事に対して「それは違うんじゃない？」と、こちらが大変な時ほど言われると、悲しくなります。

「そんな子に育てないで」「私はそんな事させなかった」と言われ、私の子育てがそんなに悪いのかと悩んだ。

じぃじ・ばぁばのきもち　離乳食や食事、いろんなものを食べさせてあげたいけど…。

Q. 孫の食事、何歳から何を食べさせていいかわからなくて困ります。最近はアレルギーも多いと聞きますし…

アレルギーって
よくわからない…

A. いろいろな食材に、アレルギーを持つ子どもが増えています。
そのため、離乳食は急がず、様子を見ながらゆっくりと進める傾向に。
年齢に関わらず、食べさせてよいものを親に相談してから準備しましょう。
また、おやつをあげる場合、食事に響かないように気をつけたいですね。

アレルギーは命にかかわることもあります。

ちょっとしたお菓子・調味料にも注意が必要です。すぐに症状がでるものから、時間がたってから症状が出るものまで様々です。
特に初めて食べる食材は注意が必要です。親に確認してから準備してあげてくださいね。
不安な場合は、親が用意したものをあげると良いでしょう。

おやつに関しても、孫に言われるままあげてしまうと、食事に影響してしまうことも。
親と相談しておやつの時間を決めるなど、工夫してあげましょう。

1歳未満には厳禁！

はちみつ

「はちみつ」は、1歳未満の子どもが食べると「乳児ボツリヌス症」にかかることがあり、危険です。

「はちみつ」そのものだけではなく、「はちみつ入りの飲料・お菓子」などにも気をつけましょう。

その他、生の肉・魚などにも気をつけましょう。

パパ・ママのきもち

いろんな食材を使ってごはんを作ってくれて、食べられる野菜・肉・魚が増えました！

時間をかまわず、お菓子を食べさせるのはやめてほしい。ごはんを食べなくなるので…。

まだ食べさせていない蕎麦などを、「大丈夫やろ」と、食べさせようとするので困っています。

じぃじ・ばぁばのきもち　大人と同じおはしで食べさせたらダメなの？

Q. 食事中、自分の食べているおはしで孫に食べさせようとしたら、「むし歯になるからやめて」と言われました。

A. 生まれたばかりの赤ちゃんの口の中には、むし歯菌がいないことがわかってきました。
子どもがむし歯にならないように、気をつかっている親が多いです。
お箸の共有は避けましょう。

生まれたての赤ちゃんはむし歯(ミュータンス)菌を持っていません。
そのため、子どもがむし歯にならないように気をつかっている親はとても多いです。
むし歯は保菌者の唾液を通して感染すると言われています。
大人の持つむし歯菌をうつさないよう、子ども用のスプーンや箸を用意し、大人と兼用しないようにするといいでしょう。

孫が可愛いからと言ってキスをしたくなっても、そこは孫のためにもグッと我慢です。

最近はお菓子も様々な種類のものが出ていますが、アメやチョコレートなどむし歯になりやすいものは出来るだけ与えたくないという親も多いので、親に確認してからあげるのが良いでしょう。

パパ・ママのきもち

子どもに食べさせる前に、あげてもいいかと確認してくれるので、うれしいです。

子どもがまだ赤ちゃんの時に、アイスやチョコレートをあげていて、ショック…。まだ食べさせたくなかったのに…。

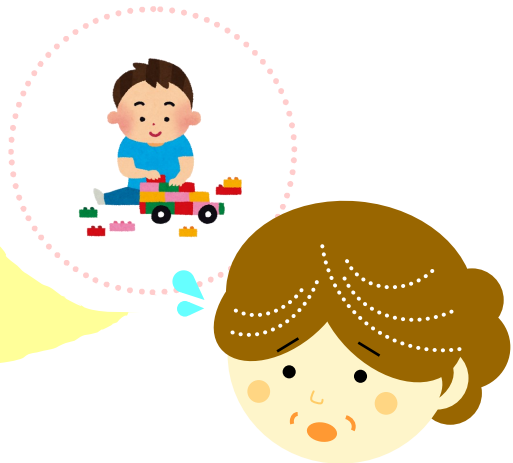
ばぁばが子どもにせがまれても「ママに聞いてからにしようね」と言ってくれるので、とても助かっています。

子どもにチューをしようとするので困ります。かわいがってくれているので、やめてほしいとは言いにくいな…。

ばぁばがじぃじに、「一緒のはしで、ごはんあげたらあかんで」と注意してくれた。

じぃじ・ばぁばのきもち　孫の成長が楽しみなだけに、発達が遅いと気になる…。

Q. 孫はもうすぐ2歳。
周りの子とくらべて、
言葉が遅いような気がする
けれど…



A. 心配なのはパパ・ママも同じ。子どもの成長はひとりひとり違います。
親が気にしている場合は、「よそはよそ。うちはうち。」と声をかけてあげましょう。
じぃじ・ばぁばだからこそ、孫の存在そのものを愛してあげましょう。

「言葉が遅い」「落着きがない」など、孫の成長が楽しみなだけに、心配だと思います。しかしそれは親も一緒。「この子、言葉が遅いんじゃない？」などの何気ない一言に、一生懸命子育てしている親は「自分の育て方が悪いのだろうか…」と自信をなくし、追い詰められる場合もあります。

そんな時こそ、じぃじ・ばぁばの出番です。他と比べたり、できないところを探すのではなく、できることを探してたくさんほめてあげましょう。

もし親が相談してきた場合はじっくり話を聞いてあげてください。心配な場合は、保健センターや「あいっく(※)」などで相談してみるといいよと伝えてあげるといいですね。

(※)「あいっく」は河内長野市の子ども・子育て総合センターです。P.23参照

パパ・ママのきもち

言葉が遅くて悩んでいた時、「それやったら、みんなでたくさん話しかけてあげよう」と言ってもらえてうれしかったです。

「まだ〇〇できないの？」「まだ〇〇させてないの？」などと言われると、私も不安なのに、さらに不安をあおられてつらかったです。

発達障がいがあるのかも…と悩んでいた時に理解してもらえず、つらかったです。

ばぁばは、子どものすることひとつひとつに「上手！」とほめてくれます。

「こんな事もできるようになったんやね～」と、子どもの成長を一緒に喜んでくれるじぃじとばぁば。いつも見守ってくれているんだなぁと感じます。

この子の個性と言いながら、母子手帳と少し違うことがあると「大丈夫なの？」「どうするの？」と言われ不安に…。

じぃじ・ばぁばのきもち　孫はかわいい！でも正直しんどい時もある…。

Q. 孫に会えるとうれしい！
でも、体力的に限界を
感じるときも。
そんなにあてにされても困る…。

A. じぃじ・ばぁばのライフスタイルを大切にし、無理なくできる範囲で協力しましょう。
予定があったり、時には体調の悪い時もあります。そんな時は遠慮なく伝え、断ることも大切です。

祖父母と言っても年齢や健康状態、経済環境もいろいろです。

孫の相手はなかなか体力がいるものです。
「同居だからいつでも助けられる。でも頼られすぎるとちょっとしんどい。」「近くに住んでいて、いつも孫を預かっていたら、自分たちの生活や趣味を犠牲にするようになってきて限界かも…」という声も。反対に「遠方に住んでいて、久しぶりに会った孫の元気さにビックリ。クタクタになった…」なんてこともあります。
サポートしてあげたい気持ちを伝えた上で、協力できる範囲を親に伝えておきましょう。

経済的なサポートも同じです。
お金の話はなかなかしにくいものですが、後々のトラブルをさけるためにも、親がサポートしてほしいと思っている部分と、祖父母のできることをすりあわせておくことが大切です。

パパ・ママのきもち

私の体調が悪い時に、子どもを預かってくれて、本当にありがたかった…。

遠くに住んでいる祖父母へたまに子どもと一緒にハガキを書いて送ります。じぃじ・ばぁばからお返事が届くと、子どもは嬉しそうです。

夫が単身赴任、下の子が深夜に発熱。
救急で病院に行く時、ばぁばが上の子をみてくれて、すごく助けられました。

私は仕事をしていますが、保育園に行かせず、子どもをみてあげると言ってくれたばぁば。
でも疲れている姿をみると、どうすることもできなくて、申し訳ない気持ちに…。
すぐに保育園に入れるわけでもないので、どうしたらいいのか…。

祖父母がいろいろ持って、急に家に来ることがあり、びっくり！
孫に会いたいと思ってくれるのはうれしいですが、突然来られても…。

じぃじ・ばぁばのきもち

子育てに協力してあげたいけど、忙しくてなかなか…。
プレゼントなら買ってあげられるかな…。

Q. 孫に似合いそうな、
かわいい子ども服やおもちゃ。
プレゼントしたいな…。

A. かわいい服やおもちゃを、街やインターネットなどで見かけますよね。
プレゼントしたら喜んでくれそう…。
ですが、まずは親に確認したほうがよいでしょう。

まずはパパ・ママが子どもに、どんなものをどれだけ与えたいか、どんなものは与えたくないと考えているのかを確認してみるといいですね。

「しょっちゅうプレゼントをもらうと、物を大切にしなくなりそう…」「服をもらったけど好みじゃない…」「子どもが欲しがって喜ぶからと、次々に買わないでほしい…」などの声もよく聞きます。

服など好みのあるものは写真を撮って確認してもいいですし、一緒に買い物に行った時に買ってあげるというのもおすすめです。お孫さんに直接ねだられた時は、「パパとママに聞いてからにしようね。」と言ってあげるといいですね。

パパ・ママのきもち

服を買う前に、サイズや、いるかどうかも聞いてくれるので助かっています。

すでに持っているおもちゃをプレゼントでいただいて、とてもあせりました…！

自分では作れない、よだれかけやお手玉などをもらって、うれしかったです。

高額だけど、必要なもの(抱っこひも・ベビーカーなど)をプレゼントしてもらえて助かりました。

ゲームセンターで、じぃじ・ばぁばが子どもの言うままにお金を渡して遊ばせると、どんどん使ってしまうので困りました。お金の大切さを教えていきたいのにな…

じぃじ・ばぁばのきもち　習い事。そんなに早くからさせないといけないの…？

Q. 習い事を、小さい時から始める子が多いと聞きました。あまり早いうちの習い事には抵抗が…。

まだ小さいのに…

A. いろんな習い事がありますが、親がいつごろから、どんな習い事をさせたいと思っているかを知りましょう。

じぃじ・ばぁばから見ると、「そんな無理に行かなくても…」「まだ小さいのに、もう習い事に行かせるの？」「厳しくしつけてもらえる習い事をさせるべき」など、孫の習い事に関していろいろ感じていることがあるかもしれません。

しかし、パパ・ママなりに子どもに身につけさせたいと思うことがあり、習い事を選択している理由があるはずです。

孫の習い事に関してなにか思うところがあれば、まずはパパ・ママの考えをきいてみましょう。その上で相談されたら、一緒に情報を集めて自分たちの考えを伝えてみるといいでしょう。

パパ・ママのきもち

子どもの教育にあれこれ言わず、見守ってくれてうれしいです。

この先、子どもにさせる習い事はこれが良いなど、勝手に話を進めないで…

うちの子は激しいことや戦い、競争のようなことが苦手。
祖父母に「この子は甘えすぎやから厳しいルールを学べるお稽古に行くべきだ」と、空手や剣道すすめられて困りました。

自分の子どもに何があうかな？と悩んでいた時に相談にのってくれて助かりました。

じぃじ・ばぁばのきもち　孫と楽しくあそびたい！でも体力がもたない…。

Q. 元気いっぱいの孫。
1日遊ぶには体力が心配…。
どんな遊びをしたらいいかな？

A. 孫との遊びは、ご自身の体力と相談してから。無理は禁物です。
近所のお散歩や地域の子育てサロンなど、上手く活用してはいかがですか？

図書館やあいっく・地域のあそび場（P.24参照）などを活用するのもいいですし、一緒に童謡を歌う、お手玉やコマまわし、折り紙などの昔ながらの遊びもいいですね。

一緒におやつを作る、お料理のお手伝いをしてもらう、お買い物に行く、お散歩に行くなど、日常の中での関わりを楽しむのもおすすめです。

テレビやゲームなどは、あらかじめパパ・ママと時間や番組を決めておくなど、ルールを決めた上で取り入れるといいでしょう。

パパ・ママのきもち

自分だと時間に追われて、なかなかゆったり関わってあげるのが難しいけれど、じぃじ・ばぁばは、子どもがあきるまでつき合って遊んでくれるので、うれしい。

お手玉や童謡を歌ってあげているのを聞いて、自分ができない遊びを、子どもとしてくれていいなと思いました。

子どもが大好きな電車の動画をみせてくれるじぃじ。子どもは喜んでいますが、長時間みているのはちょっと…。

じぃじ・ばぁばに子どもをみてもらっていたのですが、「疲れた、しんどい」と言われて、どうしたらいいのかわからなかった…。

孫育てをめぐるトラブルを避けるために…

パパ・ママが“どんな子育てをイメージしているのか”を、じぃじ・ばぁばが知っておくことが大切です。

もちろん、子どもの成長にあわせて、親の思いも変わっていったりするものですが、その時々の育児方針をきいておくと、親や孫と上手につきあうヒントになります。

＼パパ・ママと話してみましょう♪／

どんなふうに育てたい？

母乳だけで育てたい？粉ミルクを与えたい？

子どもに食べさせたいもの・食べさせたくないものは？

しつけで「ここだけは」と思うところは？

子どもにプレゼントしたいと思うものは？

子どもの行事・お祝いごとをどんなふうにしたい？

習い事はどんなことをさせたい？

＊他にも知っておきたいことがあれば、どんどん話をしてみましょう♪

メモ

＼じぃじ・ばぁばの状況もしっかり伝えましょう♪／

頼まれたことをなんでも引き受けていると、それが当たり前になってしまい断れない状況になり、負担になってしまうこともあります。

できること・できないこと
してあげたいこと・やりたくないこと
趣味やライフスタイルなど
自分の大事にしていることを伝えておくことも大切です。

子どもやパパ・ママの状況、自分たちの状況も変化していくので、折にふれ話し合い、確認できるといいですね。

知っておきたい！

子育ての“昔”と“今”

育児の方法や考え方は、時の流れとともに変わってきています。
昔からのよい習慣はそのまま残しつつ、今の子育てを知り、孫育てに活かしていきたいですね。

子どものお世話

昔		今
抱きぐせがつくので、抱っこはあまりしませんでした。	抱っこ	抱っこをたくさんしてもらった子どもは情緒が安定し、自立も早いと言われています。抱っこは心の栄養です。
母乳より粉ミルクの方が栄養があると言われた時代もありました。	粉ミルクと母乳	母乳の栄養が赤ちゃんにとって優れていることが分かってきました。 また、粉ミルクや哺乳瓶も進化し、限りなく母乳に近い栄養を届けられるようになっています。
母親のリードで１歳までに「断乳」することが多かったです。	断乳・卒乳	自然とおっぱいから離れられるようになるまで授乳して問題ないです。 授乳の終わりも子どもが納得して飲むのをやめる「卒乳」の方向へ。
お風呂上りの水分補給のため、「白湯」を飲ませていました。	白湯（さゆ）	お風呂上りの水分補給は、母乳や粉ミルクでOK。
３・４ヵ月頃から、果汁やスープを与えていました。	果汁・離乳食	離乳食は５・６ヶ月頃から。子どものペースに合わせて進めます。 離乳食が始まるまでは母乳や粉ミルクで大丈夫です。

昔		今
「赤ちゃんの頭の形がよくなる」「寝つきがよくなる」と、うつぶせで寝かせることも多かったです。	うつぶせ寝	うつぶせ寝は、あおむけ寝に比べてSIDS(乳幼児突然死症候群)の発症が高いという研究結果が出ています。赤ちゃんの顔が見えるあおむけに寝かせるようになっています。
赤ちゃんのころから日光浴を積極的にしていました。	日光浴・外気浴	子どもは皮膚の機能が未完成。赤ちゃんを外気や温度差に慣らす「外気浴」を勧める方向に。(紫外線量が増加したことが原因)外出時は帽子や長めの服で、直射日光を避けましょう。
材料を細かくする調理器具が普及していなかったこともあり、離乳食は大人が噛み砕いたものを与えていました。	虫歯の予防	生まれたばかりの赤ちゃんの口の中にはむし歯菌はいないこと、大人の唾液を通して感染することが分かってきました。離乳食は大人が噛み砕いたものは与えず、箸やスプーンの共有もしません。
早めにおむつは外した方がいい。１歳になるころからおまるに座らせて、おむつをはずす努力をしました。	おむつはずれ	体が成長しておしっこをためられるようになることが大切です。成長や発達をみながら、子どものペースに合わせてゆったりと進めます。始める時期はさまざま。3歳を過ぎることもあります。
勧奨されている予防接種は、現在よりも少なかったです。	予防接種	医療の進歩にともない、安全に接種できるワクチンが以前より増えました。
寒い日は厚着をさせてあげることが基本でした。	厚着・薄着	冷房暖房が整っているので、よく動くようになった赤ちゃんは、室内にいるときは薄着でいることが基本です。発熱している時も、汗をかかない程度の服で調節しましょう。
歩行器を使うことで、歩行訓練になると言われていました。	歩行器	ハイハイが、赤ちゃんの体や脳の発達にとっても大切であることが分かってきました。歩行器をおもちゃとして一時的に使用することはいいですが、運動機能が発達するものではありません。

子育てをとりまく環境は日々変化しています。
ライフスタイルや子育ての価値観など、祖父母世代と親世代では違ってくることもあります。

子育てをとりまく環境

昔		今
親族以外に、簡単に子どもを預けられるところはあまりありませんでした。	子どもを預ける	困った時や、リフレッシュをしたい時などに預かってもらえるサービスが増えています。
「父親は仕事、母親は専業主婦」という家庭が多かったです。 ３歳までは母親が子どもを育てるべきという考えが主流でした。	親が働くこと	女性の社会進出や経済、 雇用の変化により、産後も仕事を続ける女性が増えました。 男性も育児や家事を担う家庭が増加しました。
親以外にも、地域の大人や年長の子どもが、小さな子どもをみてくれていました。	地域の子育て環境	地域のつながりが希薄になり、 親が孤立しがちな状況になっている為、 育児を支援する機関は増えています。 インターネットを通じたつながりや情報も増えてきています。
「男の子らしさ」「女の子らしさ」を大切に子どもを育てていました。	子どもの教育	一人ひとりの個性を尊重し、 「その子らしさ」を大切にする子育てをする傾向にあります。
小さな子どもを車に乗せるときは、後部座席で抱っこしていました。	チャイルドシート	6歳未満の子どもを車に乗せるときは、 チャイルドシートの使用が義務付けられています。

今どきの子育て事情

- パパの育児参加・育休
- ひとり親家庭の増加
- スマホ・ゲーム
- 子育て情報の氾濫
- 両親共働きが増加
- 孤立しがちな育児
- インターネット

社会の変化とともに、**ライフスタイルも大きく変わってきています。**
インターネットに情報があふれ、子育てのサービスも増えてきました。

そんな中で、パパ・ママが**「何を大切にするのか」「何を選択していくのか」**を
考える時、悩んだり迷ったりすることでしょう。

そんな親の悩みに**寄り添い、**一緒に考えていけるといいですね。

今も昔も
変わらない大切なもの

- 人とふれあうこと
- 親だけでなく、みんなで子育てすること
- 子どもの周りに笑顔があること
- 「できた！」という達成感
- 知識だけでなく、実物の感触を体験すること

時代とともに変わったこともありますが、**変わらないもの**があります。
子どもが**笑顔で、自信をもって生きていけるように育んでいくこと**は、
昔も今も変わりません。

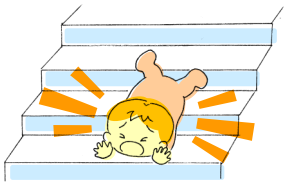
変化していく**環境や価値観を受け止めた上で、**
子育ての本質的な部分を大切にしつつ、孫育てをしていきたいですね。

孫を守るために、家の中の危険をチェック！

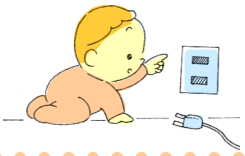
孫の滞在中に事故やケガがないように気をつけたいですね。今一度、家の中をチェックしてみましょう。家の中では「禁煙」が原則です。

玄関・階段

- 玄関の段差に注意
- ドアの開閉で手足をはさまないようにしましょう
- 上り口や下り口に柵をつけましょう



リビングなど



- コンセントにはキャップをつけましょう
- 家具の角はガードをしましょう

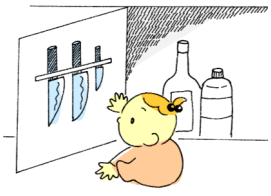
誤飲に注意！

タバコ・灰皿・ライター
画鋲・クリップ・硬貨・ボタン電池
医薬品・観葉植物の土や肥料

※ピーナツ等の豆類も、のどにつめると危険です

キッチン・ダイニング

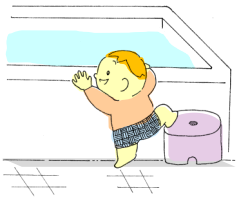
- テーブルクロスは引っ張ると危ないので外しましょう
- 炊飯器やポット・オーブントースターは手の届かないところに置きましょう
- 流しの下に、包丁や洗剤など、危険なものを置かないようにしましょう



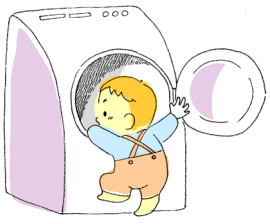
- ビニール袋は、顔にかかると窒息するので片付けましょう

浴室など

- 浴槽や洗濯機の水は抜いておきましょう
- 踏み台になる物は片付けましょう

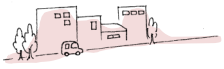


- 洗剤は手の届かないところに置きましょう
- ドラム式の洗濯機の中に閉じ込められないようふたを閉めておきましょう



ベランダ

- 踏み台になるものは置かないようにしましょう
  エアコンの室外機などにも注意



ペット

- 予想できない子どもの行動に、ペットが驚いてしまうこともあります
  また、動物アレルギーをもつ子もいますので、気をつけてあげましょう

子どもの事故例

※子どもの発育には個人差があります。

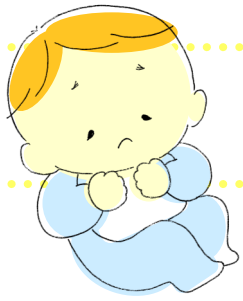
	誕生	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月	9か月	10か月	11か月	1歳	2歳	3歳～
子どもの動き		●体動 ●足をバタバタさせる		●口の中に物を入れる ●見たものに手を出す	●寝返りをうつ	●座る	●はう	●物をつかむ	●家具につかまり立ち		●のぼる ●スイッチ・ノブ・ダイヤルをいじる ●ひとり歩きする	●階段をのぼりおり	●高いところへのぼる
転落	●親が子を落とす	●ベッド・ソファーからの転落				●歩行器による転落	●階段からの転落	●バギーやイスからの転落	●浴槽への転落		●窓・バルコニーからの転落 ●階段ののぼりおりの転落	●すべり台・ブランコからの転落	
切傷・打撲				●床にある鋭いもの	●鋭い角のあるおもちゃ				●鋭い角の家具・建具カミソリのいたずら		●鋭いテーブルの角・ドアのガラス・ドアに手をはさむ・引き出しの角など	●屋外の石など	
やけど	●熱いミルク熱い風呂		●ポット・食卓アイロン				●ストーブヒーター					●マッチライター湯沸かし器花火	
誤飲・窒息	●まくら・柔らかいふとんによる窒息		●何でも口に入れる	●小物・たばこ小さなおもちゃの誤飲				●よだれかけひも・コード		●ナッツ・豆類	●薬・化粧品	●ビニール袋	
交通事故	●自動車同乗中の事故			●大人と自転車の二人乗り				●道でのヨチヨチ歩きのとき			●三輪車 ●歩行中の事故	●自転車	
溺水事故			●入浴時の事故					●浴槽への転落事故				●プール・川・海の事故	

孫の体調が悪い時の判断は？

孫を預かった時に、具合が悪くなることがあるかもしれません。
孫が普段から診察してもらっている病院を、親に確認しておきましょう。

病院を受診するか迷った時の参考に…

急いで受診しましょう		今は見ていて大丈夫
全然遊ばない 普通に眠れず変にぐずる	機嫌	少しは遊ぶ よく眠る
何も食べない・飲まない	食欲	食欲がある・飲む
息苦しそう	息（呼吸）	熱に合わせてハアハア しばらくすると落ち着く
1・2時間前より悪い	顔色が悪い	どんどん悪くならない 30分以内には顔色が戻る
数時間たっても冷たい 爪の色も悪い	手足が冷たい	寒がる様子や顔色が悪い等の 症状が消えると戻る



※個人差もあります。総合的に判断を。

孫のかかりつけ医

名称　　住所

電話番号　　休診日

名称　　住所

電話番号　　休診日

孫の緊急事態！そんな時どうする？

気をつけていてもケガや誤飲をしたり、体調が悪くなったりすることもあります。
いざという時にために、緊急連絡先を把握しておきましょう。

＜河内長野市の小児急病診療体制＞※中学生以下の子どもが対象

休日

- 診療病院　富田林病院
- 診 療 日　日・祝・年末年始(12/29～1/3)
- 受付時間　9:00～11:30、13:00～15:30
- 受診方法　直接、富田林病院へ(電話：0721-29-1121　住所：富田林市向陽台1-3-36)

準夜間

- 診療病院　当番病院
- 診 療 日　土・日・祝・年末年始(12/29～1/3)
- 受付時間　16:00～20:00
- 受診方法　まず、**消防署 0721-53-0119** へ連絡を
  (当番病院を紹介するか救急搬送します)

夜間早朝

- 診療病院　当番病院
- 診 療 日　毎日
- 受付時間　20:00～翌朝8:00
- 受診方法　まず、**消防署 0721-53-0119** へ連絡を
  (当番病院を紹介するか救急搬送します)

＼受診したほうがいい？救急車を呼ぶべき？など／

迷ったら…　消防署 0721-53-0119 へ

◆その他相談窓口

＜小児救急電話相談＞
20:00～翌朝8:00に子どもが急病になり、受診するかどうか迷った時にご利用ください。
#8000　NTTのプッシュ回線や携帯電話からも可
※ダイヤル回線・IP電話からは 06-6765-3650 へ

困った時、悩んだ時は相談を

子育ての悩みや、困った時、不安に思った時に相談できる窓口があります。
パパ・ママが悩んでいたら、「相談してみたら？」と声をかけてあげてください。

※河内長野市民の方が対象です。

河内長野市立 子ども・子育て総合センター あいっく

受付　水曜日・年末年始を除く10:00～17:30
電話　0721-50-4664

子育ての情報提供・相談

あなたの子育てを応援します！

●こそだてこっこ（電話・来所・訪問など）

子育てをしながら**「こんなこと聞いていいのかな？」**
「誰に、どこに相談すればいいのかな？」など迷ったことはありませんか？

子ども・子育て総合センターあいっくでは、そんなお悩みをいつでも気軽にお話しいただけるように、子育てに関する相談や情報提供を行っています。

子育てで**不安**に思ったり、**困った**ことがあれば、**いつでも気軽にご相談ください。**

子どものことで気になることがある。

子育てがうまくいかない。こんなはずじゃなかったのに…。

引っ越ししてきたばかり。子育てに関する情報を知りたいな…。

どんなことでも気軽に相談してくださいね！

河内長野市立 保健センター

受付　平日9:00～17:30（年末年始を除く）
電話　0721-55-0301

育児全般のこと

※対象：河内長野市在住の子ども

●乳幼児の育児相談（電話）

身体の発育・発達に関する相談
離乳食・幼児食などに関する相談
歯みがき・むし歯予防などに関する相談

出産後の支援

※対象：河内長野市在住の子ども

●赤ちゃん訪問

出産後に助産師または保健師が赤ちゃん訪問を実施します。
体重測定や育児相談、子育てに役立つ情報をお伝えします。

●おっぱい相談（助産師）

「おっぱい足りているかな」「体重が増えているか心配」「赤ちゃんが泣き止まない」などの相談に応じます。（電話）

産後ケア

※対象：河内長野市在住の母親と子ども

●産後ケア事業（宿泊型・日帰り型）

産後の支援が必要な河内長野市民のお母さんとお子さん（生後4ヵ月まで）に、指定医療機関で助産師等からさまざまな支援を受けることができるサービスです。
宿泊型と日帰り型があります。
（ともに有料）

※ご利用には事前登録が必要です。
（おおむね妊娠6ヵ月から可能）
※利用料など詳しくは保健センターにお問い合わせください。

いっしょにおでかけしてみましょう

孫といっしょにおでかけしてみませんか？近所を少し歩いたりするだけでも楽しいものです。
子どもの遊び場に連れていってあげるのもいいですね。

＼河内長野市の子どもと行ける遊びの広場／　※対象：0歳～就学前の子ども

河内長野市立 子ども・子育て総合センター あいっく　※予約不要・市外の方OK

＼河内長野駅すぐ！ノバティながの北館5階／

本町24-1　ノバティながの北館５階
TEL：0721-50-4664　FAX：0721-50-4665

『わくわく広場』

日時：水曜日・年末年始を除く毎日
10:00～17:30
対象：0歳～就学前の子ども

子どもと一緒に、自由に過ごせる広場です。
「ランチ・カフェルーム」では飲食も可。
河内長野市外の方も利用できます。

孫とのおでかけデビューにおすすめです♪

子育てわいわいルーム　※会場により駐車場に限りがあります　※予約不要

- **三日市公民館　１階**…毎月第2水曜日　10:30～12:00
- **千代田公民館　１階**…毎月第3金曜日　10:30～12:00
- **南花台公民館　２階**…毎月第4水曜日　10:30～12:00

公民館のお部屋で自由に遊べます。
いろんなおもちゃや、手遊び・紙芝居もありますよ♪
※祝日・年末年始はお休み

ふぁんふぁ～れ三日市　※予約不要

住所：三日市町240-1　三日市グリーンハイツ201
TEL：0721-63-7242

日時：毎週火・木・金曜日　※祝日・年末年始はお休み
10:00～15:30

ほのぼのルーム大矢船　※予約不要

住所：大矢船中町3-11
TEL：0721-62-3501

日時：毎週月・水・木曜日　※祝日も開催しています
10:00～15:00　※年末年始はお休み

※他にも、市内各地域で「子育てサロン」などが開催されています。
※詳細は、子ども・子育て総合センターあいっくにお問い合わせください。

＼外へ遊びに行ってみませんか？／

道の駅 奥河内くろまろの郷
住所：高向1218-1

赤峰市民広場
住所：小山田町379-1

美加の台第1公園
住所：美加の台2丁目1

寺ヶ池公園
住所：小山田町674-5

地域で子育て・孫育てを楽しみませんか？

孫育てをしている中で、地域の子どもたちの様子も目に入ってくることもあると思います。
子育てのサポートをしてほしい、地域のパパ・ママに力を貸してもらえませんか？

かわちながの
ファミリー・サポート・センターに登録してみませんか？

ファミサポとは？

子育てのサポートをしてほしい人と、子育てのサポートをしてあげたい人が会員となり、地域で助け合う活動です。
(有償ボランティア)

サポート内容

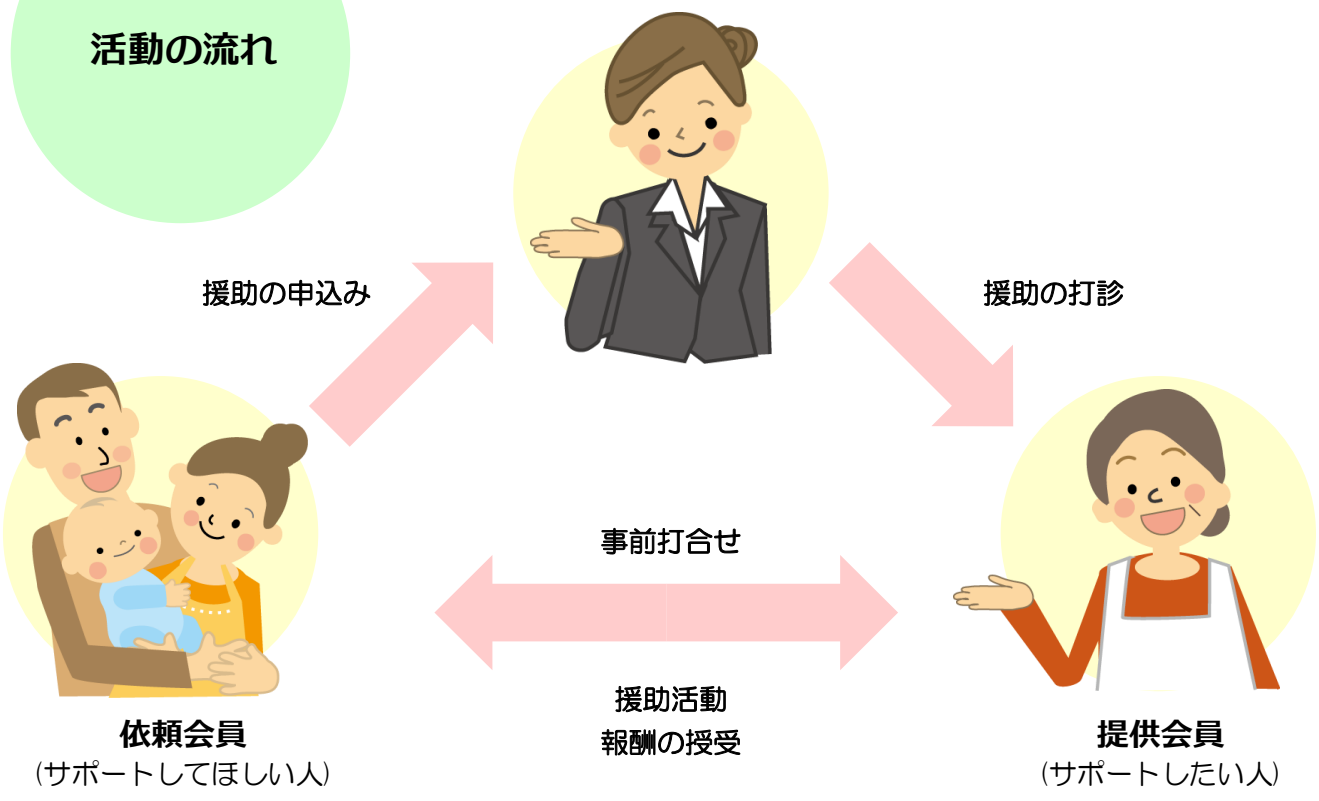
- 保育施設への送迎
- 保育施設終了後の預かり
- 習い事への送迎

…など

料金

依頼会員から提供会員へ
活動報酬が直接支払われます。

活動の流れ



※ファミリー・サポート・センター事業は会員登録制です(登録費無料)

会員について

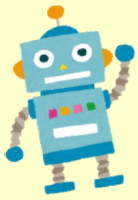
依頼会員（子育てのサポートをしてほしい人）

・河内長野市在住で生後2ヵ月から小学6年生までの子どもをもつ人

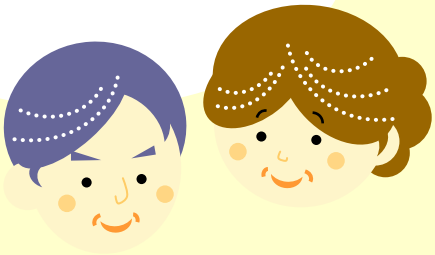
提供会員（子育てのサポートをしたい人）

・河内長野市在住の人（性別は問いません）
・子どもが好きで自宅などで預かれる人
・心身ともに健康でボランティア精神のある人
（特別な資格はいりません）

会員の声



近くに孫が
1人できたみたいです。
来てくれるのが待ち遠しいです。



援助をお引き受けした時、
依頼会員さんの「良かった～」と
安心される声を聞いて、
とっても嬉しく思いました。

共働きをしています。
残業で、保育園のお迎えに
間に合わない時に利用しています。
心に余裕ができて、子育てが
とっても楽しくなりました。

かわちながの ファミリー・サポート・センター

本町24-1　ノバティながの北館5階　（子ども・子育て総合センターあいっく内）
TEL：0721-50-4670

●開館時間：毎日（水曜日・年末年始を除く）　10:00～17:30

編集後記

＼じぃじ・ばぁばの孫育てサポート手帳作成に携わって／

父母が子育ての主体であると共通認識があり、安心しました。
手帳が双方にとって負担なく、協力しあえる助けになれば良いと思います。

ひと昔前は３世代同居が多く、お年寄よりたくさんの事を学んできました。
今はライフスタイルが大きく変化していますが、こういう時代こそ祖父母の豊かな経験をパパ・ママと共有しながら孫育てする事が大切と感じました。

はじめて孫ができた時、昔の子育ての仕方とずいぶん変わっていることに驚きました。これから孫育てをサポートしていくおじいちゃん・おばあちゃんに、今の子育てについて新しい発見をしてもらい、楽しく孫育てしていただけたらなと思います。

大切な子ども達を守り、育て、幸せな環境を整えていく事は、大人の大切な役割であり、そうしたいと願う気持ちは親世代も祖父母世代も同じだと思いました。

祖父母世代・親世代いろんな事がありますが、孫のため、子どものために皆が仲良く暮らすことが基本だと感じます。

祖父母の方の「親のサポートをしたい」「口は出したくない」「親たちの自由に育てればいいと思う」という意見に驚きました。こちらがかたくなに構えなくても、いい関係は作っていけそうだなぁと安心できました。

今と昔の子育ては変わってきていると言われているけれど、子どもを可愛がる事、愛する事はずっと変わらないものだと思いました。

祖父母世代の皆さんが、孫育てに苦労されている様子がわかりました。
また、それを楽しんでおられる事もわかりました。

「じぃじ・ばぁばの孫育てサポート手帳」作成にあたり、
子育て中のパパ・ママ、孫育て中のじぃじ・ばぁばの声をたくさんお聞きしました。

さらに、親世代・祖父母世代・地域の子育て支援者が顔を合わせ、
子育て・孫育てへの思いや疑問を話し合いました。

この手帳が、子どもたちを見守る人同士の関わり方や、サポートのヒントになればと願っています。

「じぃじ・ばぁばの孫育てサポート手帳」に寄せて
明橋大二氏よりメッセージをいただきました。

明橋大二氏は、子育てにおける「自己肯定感」の大切さを全国各地で伝えておられ、**「子育てハッピーアドバイスようこそ初孫の巻～孫が幸せに育つために～」**の著者です。
著書のみでなく、**「おじいちゃん、おばぁちゃんのためのハッピーセミナー」**の講座を開催すると共に、全国で同じように講座を開催できる人を養成し、祖父母(じぃじ・ばぁば)も親も孫もみんなが幸せに過ごすための活動をされています。河内長野市でも、子育て・孫育てについて講演していただいています。

子どもたちを見守るすべての人へ

子育てカウンセラー・心療内科医
明橋 大二

小さな子どもを持つ親の多くが仕事に出るようになり、祖父母が、再び育児に駆り出される時代になりました。それとともに、孫育て講座や、孫育てについてのガイドブックなども、あちこちで見かけるようになりました。昔の子育てと今の子育てはずいぶん違うこと、親の子育てを尊重すること。これらは、大切な情報です。
しかし私は、それとともに、とっても大事なメッセージが、ともすれば抜けがちであることが気になっていました。それは、孫育てを担ってくれている、祖父母へのねぎらいの言葉です。

今の祖父母は、本当によく孫育てに関わってくれています。
保育園の送り迎え、食事の準備。休日でさえ、上の子の用事が入ったりして、下の子のお守りを頼まれることもあります。しかしそうするうちに、私たちはいつの間にか、祖父母がやってくれて当たり前、と思っている気持ちはないでしょうか。

祖父母は本来、子育ての当事者ではありません。自身の子育てはとうに終え、社会的な務めも果たし、今は本来なら、悠々自適の生活で暮らしてもいいはずです。それでも、孫のためと思って、一所懸命世話をしてくれているのです。
今の祖父母は元気だと言っても、決して若い時の体力ではありません。子どもの相手をしているだけでへとへとに疲れることもあるのです。

もちろん、子育てしている親を支え、ねぎらうことは大切です。しかしそうであるなら尚更、がんばって孫の面倒を見てくれている祖父母に、まず感謝の言葉、ねぎらいの言葉が必要なのではないでしょうか。
「おばあちゃん、いつもありがとう」「おじいちゃん、よく孫の世話をしてくれてるね」と感謝の気持ち、ねぎらいの言葉を、地域の皆で伝えていく。そうすれば、祖父母も、「また明日もがんばるか。だって私たちの孫だもの」とこたえてくれるのではないでしょうか。

大人も子どもも祖父母も、お互いにねぎらい、感謝の言葉を伝え合う。そういう中から、思いやりのある子どもが育っていくのではないかと思います。
河内長野市の子どもたちが、これからも健やかに育つことを心から願ってやみません。

発　　行　河内長野市
制作・協力　河内長野市立　子ども・子育て総合センターあいっく
社会福祉法人　河内長野市社会福祉協議会