

子育て・孫育てをするパパママと祖父母の方へ

しきつ子
あんしん
子育てサポート事業

～いっしょに子育て・孫育て～

社会の変化に伴い、子育ての考え方や方法も変化していく中で、子育てに不安や負担感を持つパパママも増加しています。
「祖父母力」を発揮し、子育てのサポートをお願いします。



☆「いっしょに子育て・孫育て」のメリット ☆

《パパママのメリット》

- 子育ての負担やストレスが軽減される
- 余裕をもって子どもと向きあえる
- 子育てと仕事の両立がしやすくなる

《祖父母のメリット》

- 孫からの刺激を受けて元気をもらえる
(老化防止になる)
- 新たな生きがいを持つ、セカンドライフが充実する

《子どものメリット》

- より多くの愛情を受け、情緒が安定する
- 社会性が育まれる(他者への思いやりや理解が育まれる)
- さまざまな価値観を知り、体験できる



～「祖父母とのおつきあい 10か条」～

- (1) 祖父母を頼り過ぎない
- (2) 「ありがとう」「ごめんなさい」を言う
親しき仲にも礼儀あり
- (3) 育児方針、してほしくないことを祖父母に伝える
- (4) 祖父母のタイプを見極める
孫とあまりかわりたくない祖父母もいる
- (5) 今と昔(祖父母世代)の子育ての違いを知る
- (6) 預けたときは、文句を言わない
- (7) お金をもらったら、口と手がついてくる
- (8) 孫の扱いは、決して平等にはならない
- (9) 祖父母の生活、年齢、体力を気にかける
- (10) 子どもの祖父母を敬う気持ちを育む

©NPO 法人 孫育て・ニッポン より

～「孫育て 10か条」～

- (1) 育児の主役はパパ・ママ、
祖父母はサポーター
- (2) パパ・ママの話を聞く
- (3) 今と昔の子育ての違いを知る
- (4) とがめるより、補う
- (5) 他の子・親と比べない
- (6) 手、口、お金は出しすぎず、心と体力に
ゆとりを！ 断る勇気も持とう
- (7) 「ありがとう」「ごめんなさい」を言う
親しき仲にも礼儀あり
- (8) 孫のほめ役、夢の最強応援団になる
- (9) 自分のライフスタイルも大切に
- (10) 老いていく姿を見せる

©NPO 法人 孫育て・ニッポン より

～今どきの子育て～



☆「子育て・孫育ての基礎知識」☆

【出産期】

●産院へのお見舞いは短めに

出産後のママは疲れています。もう少し休ませてほしいと思われるうちに退室を心がけましょう。

●「赤ちゃん、抱っこしていい？」と声をかける

ホルモンの影響で、ママの感情のアンテナが敏感になっています。誰にも触れられたくないという気持ちになることもあります。

●なんでも手伝ってしまうのは考えもの

「パパママ」になっていく大切な時期です。赤ちゃんの世話は、できるだけパパママに任せましょう。なんでも練習して上手になります。

●便利な育児用品

ママの願いで開発されたさまざまな便利グッズが出ています。まずは、一緒に試してみてください。

●産前産後を過ごす場所

どこで出産して、どこで産後を過ごすかは、パパママの思いを優先し、相談して赤ちゃんを迎える準備をしましょう。

●乳幼児のチャイルドシート使用は、義務です

産院からの退院時から、チャイルドシートに乗せましょう。

●行事の主体は、赤ちゃんパパママです

お祝いをどんな形にするかは、パパママが中心となって決めましょう。



【乳児期・幼児期】

●母乳？ミルク？

赤ちゃんママに合った授乳方法が大切です。離乳食が始まるまでは、お風呂上がりの水分も母乳（ミルク）を与えます。

●果汁・離乳食の進め方

母乳やミルクの量が減ってしまうので、果汁を与える必要はありません。離乳食を始める時期は、5～6か月頃からです。

●ハチミツは、1歳を過ぎてから

「乳児ボツリヌス症」予防のために、満1歳になるまでは使わないようにしましょう。



●おやつとの与えすぎに注意

幼児期のおやつは、栄養を補うための補食です。どんなものをあげるかパパママと相談しましょう。

●「食べさせて欲しくないもの」

「食べさせては困るもの」

アレルギーの関係で与えてはダメな食品もあります。パパママが判断したもの以外は、与えないようにしましょう。

●むし歯予防

大人の口の中には、たくさんの菌がいます。その中の虫歯菌（ミュータンス）も、大人の唾液を通して伝わります。赤ちゃんに食べ物を噛み砕いて与えることや自分が使った箸やスプーンで与えることも避けましょう。



【乳児期・幼児期】

●スキンケア

赤ちゃんの皮膚は薄く、皮脂の分泌量も少ないため乾燥肌になりやすいのが特徴です。肌の乾燥を防ぐため、ワセリン等で保湿しましょう。ベビーパウダーは、毛穴をふさぎ、かぶれてしまうことがあります。なるべく使わないか少しだけつけることをおすすめします。

●抱きぐせ

抱くことがくせになることはありません。抱っこは、こころの栄養。抱っこされることでこころが安定し情緒豊かに成長します。

●トイレトレーニング

2歳前後から始める人が多いようですが、3歳を過ぎる場合もあります。成長とともに必ず外れる時が来ます。あせらず気楽な気持ちで見守りましょう。

●二人目の妊娠・出産

つわりの時期や出産後は、上の子の対応で大変な時期に、祖父母のサポートは、とても助かります。でも、二人目がまだの夫婦に「早く二人目を！」なんて言わないでください。いろいろな事情がある場合がありますので、二人目の話は慎重に。

●日光浴・外気浴

紫外線は、肌に悪影響を及ぼします。あえて日光浴をさせなくてもいいと言われています。外出時間を調整することや、帽子や日焼け止めを塗るなどの紫外線対策も大切です。

●きちんと叱る

1歳頃になると、大人の言葉をだいぶ理解してきます。危険を伴うことをした場合は、毅然とした態度で「いけません」と伝えましょう。いつもは優しい祖父母とは違う表情やトーンに、「ダメなことなんだ」とわかってきます。

●家の中は、危険がいっぱい

赤ちゃんの目線や手の届く範囲を確認し、テーブルの上の灰皿や薬、ピーナッツ、コンセントやコード類等を片付けましょう。ペットとの生活にも注意が必要です。寝室は別にするなど、パパママと相談しておきましょう。

●最大の仕事は、老いていく姿を子どもに見せること

祖父母との関わりの中で、老いていく過程や病気、死についても学んでいきます。祖父母は、「存在しているだけ」で意味があります。

祖父母の方へお願い：お孫さんをたくさんほめましょう！

「ほめる」こつ 子どもの良いところにたくさん注目しましょう！

☆すぐに、その場でほめる

☆スモールステップでほめる…最後までできなくても、そのできたところまでをほめる

☆すでにできていることをほめる

子どもを伸ばすには、まず「ほめる」ことが大切です。ほめられると、子どもはうれしくて、自分に自信が持てるようになります。自信がつくと、挑戦することや、失敗しても立ち直ることができます。

☆一生懸命子育てしているパパやママもほめましょう！
ほめられると頑張れます。



*** 緊急時のお役立ち情報 ***

☆埼玉県救急電話相談 #7119 または ☎048-824-4199

◎子どもの急病(発熱、下痢、おう吐など)やけがの際の家庭での対処方法や受診の必要性について、看護師が相談に応じます。24時間365日

●音声ガイダンスに応じて、相談したい窓口を選択してください。

- ①子どもの相談
- ②大人の相談
- ③医療機関案内(子ども・大人に対応しています)

※ただし、歯科及び精神科の案内や医療相談は実施していません。



☆中毒110番 一般専用電話 判断に迷ったら問い合わせてください。

あわてずに誤飲したものを手に持って、お子さんの年齢や体重、誤飲したものの正確な名称、飲んだ量などの状況をお伝えください。

大 阪：072-727-2499(365日24時間対応)

つくば：029-852-9999(365日9～21時対応)

化学物質(タバコ、家庭用品)医薬品、動植物の毒などによる中毒事故に対し、応急手当や受診の必要性を薬剤師、獣医師がアドバイスします。

志木市の子育て情報

☆志木市子育てガイドブック：子ども支援課発行

赤ちゃんが生まれてからの支援制度や子育て関連の施設、各種事業案内など知っておきたい情報が満載ですので、ぜひご活用ください。

子ども家庭課、各子育て支援センター等で配布しています。



志木市健康増進センター（こども家庭センターしきベビ）をご利用ください！

乳幼児健康診査や予防接種、離乳食教室、栄養や発育相談など、悩んだら相談してください。年間の行事予定や事業案内は、「しきっ子あんしん子育てサポート事業案内」を参照してください。公共機関に設置しています。

住 所 〒353-0005

志木市幸町3-4-70

電 話 048-473-3811 FAX 048-476-7222

E-mail hoken-s@city.shiki.lg.jp

