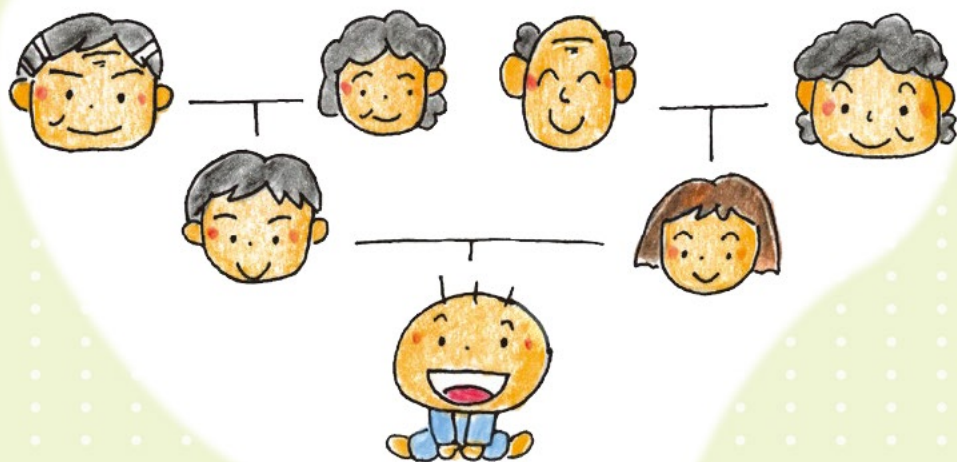


孫育てガイドブック

～ 孫で マゴマゴ したときに読む本～



おめでとうございます!!

いよいよ『おじいちゃん・おばあちゃん』ですね。

子どもの出生数が毎年減って少子化が進んだ今、身近に小さな子どもたちを見る機会は、どんどん少なくなっていました。孫の誕生を迎えた祖父母の皆さんも同じで、ひさびさの赤ちゃんを目の前にして、「うれしいけど…不安で…」という戸惑いは当然だと思います。

「最近の子育て情報が分からない」という不安だけでなく、「ちょっとしたことを聞きたくても、知人友人で孫のいる人がいない」「親たち（息子や娘、その配偶者たち）とのかかわり方に、なんとなくモヤモヤする」という、「小さな（本音の）つぶやき」も聞こえてきます。

子育てを手伝いたい、サポートしなきゃと、いろいろ考えておられることでしょう。心強いです。

ただ、そうしたくても、「まだ現役で働いているので時間の余裕がない」「高齢のため体力的に無理がある」「親の介護と重なってしまった」「自分のやりたいこともある」などの理由で、サポートが難しい場合もあります。

この冊子は、そんなあなたが、『孫』や『その親たち』と無理なく楽しく付き合っていくためのガイドブックです。そして、この機会に、地域の子育て支援にも視野を広げてほしいと願っています。

祖父母が、『孫』や『その親たち』と心地よい関係を築き、どの世代も暮らしやすい社会にしていくための手がかりになれば幸いです。

もくじ

知っておきたい 今どき育児 ● 妊娠期 3

● 出産期 7

● 乳児期 11

● 幼児期 21

● 学童期 31



● ここが危ない!! 37

あなたの家の危険度チェック

● 子育て世代に聞きました 41

言われて・されてうれしかったこと・イヤだったこと

● 祖父母世代に聞きました 43

言われて・されてうれしかったこと・イヤだったこと

● 子育て支援（孫育てバージョン） 45

祖父母世代も利用できる相談窓口など

地域の子育て支援は あなたの力を求めています

おわりに 51

知っておきたい 今どき育児 “妊娠期”



♥ 産院で診察を受けるのも、 赤ちゃんを出産するのも『ママ』です

産院選びも、出産スタイルも、親の希望を最優先。無痛分娩や計画分娩などさまざまですし、状況によっては帝王切開になることもあります。その都度、親が判断します。健診などの結果が心配でも、親からの報告を楽しみに待ちましょう。

♥ 「しっかり食べなきゃ」と言わなくて大丈夫

ママは、お医者さんや助産師さんと相談しながら、食生活もきちんと考えているので、安心してください。体重へのアドバイスも不要です。

♡ つわりのつらさに寄り添ってあげましょう

「つわりは病気じゃないのだから…」と励ますつもりで言った言葉が裏目に出ることもあります。つわりは個人差が大きいので、まずは「辛いよね」と共感して、そっと見守りましょう。

♡ 妊娠中の服装も変わりました

サラシや腹帯は医学的に必ずしも必要ではありません。「巻いていると楽だから」と使う人もいますが、何も巻かない人もいます。最近は、「マタニティ用とわかるような服は着ない」と決めている人も増えています。

♡ 「女の子?」「男の子?」と知りたくてもガマン、ガマン

性別が気になっても、報告があるまではそっとしておきましょう。性別がわかって「男の子でよかった」「女の子がほしかった」などと、自分の思いだけで発言しないこと。「性別は生まれたときの楽しみにしたいから、聞かない」と決めている親もいます。

♡ 育児用品を選ぶ楽しみを親から奪わない

生まれてくる『孫』のために、あれもこれもと買ってあげたくなるものですが、親は自分たちなりの育児を考えているかもしれません。「〇〇が欲しい…」と言われたら、そのときに親と相談しましょう。

♡ 妊娠中は楽な姿勢で

妊娠中は、腰に負担をかけず、おなかを圧迫しない座り方が大切です。人によっては、クッションを抱いたり、あぐら座りが楽かもしれません。周りから、「楽な姿勢でいてね」と声をかけてあげてください。

♡ 「予定日」が近づいても 「まだ生まれないの？」は禁句です

悪気はなくても、ママにはプレッシャーです。ママ自身が、だれより不安なのですから。「あせらないでね。赤ちゃんは一番いいときを選んで生まれてくるから大丈夫よ」と、ママを支える言葉を心がけましょう。

♡ 出産前後をどこでどう過ごすかを決めるのは親です

出産前後の過ごし方は、いろいろです。「里帰りする・しない」「産後の手伝いをしてもらう・もらわない」など、どれもありません。親たちが考えて決めることを尊重して、できる範囲で手助けできたらいいですね。

でも、無理なら断ることも必要です。

妊娠期や出産後の支援は、市町村の「こども家庭センター」で相談できますし、産後にケアが必要な人たちには、「産後ケア事業（有料）」なども広がってきています。

INFORMATION

【こども家庭センター】とは？

保健師、助産師などの専門知識をもったスタッフが、妊娠、出産、子育てなどの相談に対応する、市町村に設置された窓口です。

必要に応じて、支援プランの策定や、保健、医療、福祉の関係機関との連絡調整も行います。

子育て支援と母子保健・児童福祉の事業を一体的に行うことで、妊娠期から子育て期にわたって、切れ目のないこまやかな支援を提供しています。

各センターでの事業内容や相談については、お住まいの市町村の「こども家庭センター」にお問い合わせください。

<https://www.pref.gifu.lg.jp/page/26062.html>



妊娠中や産前産後の病院への送り迎えには 【子育てタクシー】があります。

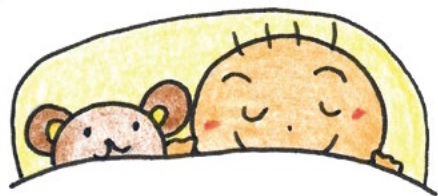
子育てタクシーは、陣痛が始まったときの対応や、夜中に子どもが急な発熱をしたときの夜間病院への搬送などもしてくれます。ほかにも、子連れの外出時に玄関先まで荷物を運んでくれたり、保育園や学校、塾などに保護者の代わりに送迎してくれるサービスもあります。

料金は、通常のタクシーと同じです。

<https://www.kosodate-taxi.com/member/>



知っておきたい 今どき育児 “出産期”



♥ 夫の立ち会い出産が増えています

病院によっては、立ち会いがオンラインであったり、立ち会いの方法に制限があったりしますが、夫の立ち会い出産は増えています。陣痛～分娩まで、主役は出産する人とその夫。祖父母の役割は、大きな仕事に取り組む二人のサポーター。「まだ？」と聞きたい気持ちをおさえて、親からの連絡を待ちましょう。

♥ 産湯がないの?!

生まれたばかりの赤ちゃんの胎脂を、すぐに洗い流さないで自然に吸収させることで皮膚を保護するケア（ドライテクニック）が広まってきました。しかし、産院・病院の方針や、母子感染などの理由によって、沐浴を実施することもあります。

♥ 産院へのお見舞いは短めに

出産は大事業。産後のママは、疲れ果てています。「メイクしてないから人に会いたくない」という人もいます。お見舞いが無いのも寂しいけれど、多すぎたり、長すぎたりするのは考えもの。もうちょっと…と思われるうちに退室するのがコツです。もちろん、風邪気味のときは、どんなに行きたくてもガマンです。

入院中は、病院が食事だけでなくおやつにも気を配ってくれるので、食べ物・飲み物に不自由しないことがほとんどです。赤ちゃんの衣服も必要ないので、お見舞いでいろいろいただくと、退院時の荷物が増えて困ります。親からの明確なリクエストがない限り、病院には「お祝いの気持ち」だけを持っていきましょう。

♥ 「赤ちゃん、抱っこしていい？」と聞いてから

やっと出会えたかわいい孫！産院ですぐに抱っこしたいと思うのは当然です。でも必ず“なり立てママ”の意向を聞きましょう。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。誰にも赤ちゃんを触られたくないという気持ちになることもあるのです。

♥ 赤ちゃんの名づけは、親に任せましょう

おなかの中にいるときから、ああでもない、こうでもない、一生懸命考えた結果です。どんな名前であっても、親として最初の決定事項に口を挟むことはやめておいた方が賢明です。「この中でどれがいい？」とたずねられるチャンスに恵まれる祖父母は、それほど多くはありません。

♥ 何でも手伝ってしまうのは考えもの

赤ちゃんの世話は、できるだけ親に任せましょう。ぎこちなくて危なっかしくて、手や口を出したくなるのは当然ですが、練習しないと上手になりません。今は、親が『親』になっていく大切な時期です。

♥ じっと見つめないでください

生まれたばかりの赤ちゃんが、一生懸命おっぱいを飲んでいる表情は、本当にかわいいものです。でも、授乳中は「周囲の視線」がとても気になるのです。男性である祖父の視線は当然ですが、女性である祖母の視線もちょっと…。

授乳は、新米ママと赤ちゃんのコミュニケーションの時間でもあるので、「周りの視線をさえぎるスペース」を確保できるといいですね。

♥ イベントの主役は赤ちゃんとパパママです

かわいい赤ちゃんの顔を見ると、お宮参りは…お食い初めは…と気になる方もあるでしょう。親せき付き合いなどの事情もあるかもしれませんが、でも、どんなお祝いをどんな形にするかは、親が決めることです。

双方の実家の思惑が入り乱れて、せっかくのお祝いが辛いものにならないように、上の世代が気を遣いたいものです。

♥ 乳幼児のチャイルドシート使用は義務です

産院からの退院時でも、赤ちゃんは必ずチャイルドシートに乗せます。万が一の事故のとき、赤ちゃんを守ってくれるのは、きちんと装着されたチャイルドシートです。祖父母の車に乗せるときも、チャイルドシートは必須です。孫に何かあったら、一生悔やんでも悔やみきれません。

INFORMATION

岐阜県では、すべての市町村が 【産後ケア事業】を実施しています。

【産後ケア事業】は、出産後1年以内の母子で産後ケアを必要とする人たちに、心身のケアや、育児サポートをするものです。

病院などへ数日宿泊したり、助産院へデイサービスに通ったり、助産師・保健師などの専門職に家庭訪問をしてもらったりができます。ケアにかかる費用は自己負担ですが、減免される場合もあります。

詳しくは、お住まいの自治体の窓口にお問い合わせください。

<https://www.pref.gifu.lg.jp/page/232870.html>



知っておきたい 今どき育児 “乳児期”

♥ 男性の育児休業取得が推進されています

育休制度が充実し、育休を取得するパパが急速に増えています。一定の規模以上の企業には、育休取得率の公表を義務付けるなど、社会も後押ししています。「仕事に影響しないの?」「お給料は大丈夫?」とつい心配したくなりますが、育児経験は、仕事にもよい影響をもたらします。

母方の祖父母へ

手を出しすぎて、パパの役割を奪っていませんか。子育ての主役はパパとママ。慣れない作業に奮闘するパパを見守りましょう。手を出しすぎると、パパの技術は向上しません。夫婦の関係にヒビを入れてしまうかも。



父方の祖父母へ

息子が台所に立ったり、おむつ替えに奮闘する場面を見て、かわいそうだと思っていませんか。父親としての自覚は、赤ちゃんといふことで生まれてくるものです。息子の努力を応援しましょう。

♥ 時代の変化に柔軟に

時代の変化に伴い、子育て家庭をとりまく環境も、育児の仕方も変わりました。医学的に見直されたこともありますし、多様な価値観を認めていこうとする時代の後押しもあって、父親と母親がともに家事育児を担うことも、当然となってきました。

自分たちの経験と違うからといって、頭ごなしに否定するのはやめましょう。

♥ 発熱は心配ですね

小さな子どもの発熱は、特に心配ですよ。でも「熱」は体が病気と闘うための準備ですから、むやみに解熱剤で下げる必要はありません。6ヶ月未満の赤ちゃんには、解熱剤を使わないことが多いです。しかしある程度大きくなれば、「高熱が続く」「食事がとれない」「眠れない」「不機嫌」などの状況によっては、解熱剤を使うこともあります。その判断は、お医者さんに任せましょう。

保冷剤では熱は下がりませんが、気持ちがよさそうなら使ってください。

熱のある時は、水分を取ることが大切なので、欲しがるものを飲ませましょう。

♥ 言われて一番傷ついた言葉は、 「おっぱい、足りてないんじゃない？」

赤ちゃんが泣きやまないと、つい言ってしまうがちですが、ただでさえ不安な新米ママを、さらに追い詰める言葉です。「そんなにいつもやっているから出ないのよ」もNG。今は、それぞれの「親子のリズム」を作るように指導されています。他にも、「風邪をひかせた」「〇〇してかわいそう」などと言われると、ママは自分が責められているように感じてしまいます。

♥ 沐浴は大仕事、上手にサポートを

まだ首がすわっていない赤ちゃんを抱いて洗うには、体力と慣れが必要です。ベビーバスの準備や、湯上がりの拭き上げ、スキンケア、着替えなどに人手があると楽です。親のやり方を聞いてそのとおりにならしましょう。「この方がいいのでは？」と思っても、毎日お世話をするのは親です。その応援をしましょう。

♥ 便利な育児グッズがいろいろ

便利で快適な育児グッズがどんどん出ていて、迷ってしまいますね。多すぎる情報の中で、親たちも迷いながら、口コミを調べたり安く手に入れる方法を探ったりと、いろいろ工夫しています。興味のある「育児グッズ」を見つけても、すぐを買うのではなく、まず親に聞いてみましょう。

♡『風呂上がりの湯冷まし』は？『日光浴』は？

6ヶ月前の赤ちゃんは、お風呂上がりの水分補給に、母乳やミルクを与えます。今は、湯冷ましを与えることは少なくなりました。

また、特に日光浴をさせる必要はなく、生後1ヶ月くらいから、外気浴（窓を開けて外気を入れる）から始めて、徐々に時間を増やしていきます。慣れてきたら、気持ちのいい時間帯に短時間のお散歩もいいでしょう。

♡ 抱っこで心の安定した子に

泣いてすぐ抱くと「抱き癖がつく」と言われていましたが、その心配はありません。最近、抱かれた子どもほど情緒が安定し、自立も早いとされています。赤ちゃんはママに抱っこされるのが大好きですが、ママでない人に抱かれることで多くの刺激を受け、さまざまな感覚が目覚めていきます。

泣き止まない子の抱っこで、親が疲れているときこそ、祖父母の出番です。ただし、新米パパ・ママより上手に抱いて、赤ちゃんが泣き止んでも、「ほらね」と自慢しないこと。「育児技術」は経験の積み重ね。パパ・ママもすぐに上達します。



♡「離乳食」の開始時期は人それぞれ

離乳食開始の月齢はあくまでも目安であって、赤ちゃんの成長に合わせることが一番大事です。離乳食の進み方にも個人差があります。焦りがちな親には「誰もが必ず食べるようになるから大丈夫」と伝えてあげてください。

離乳食の「常識」は、時代とともに変化しています。ハチミツは、1歳未満児には与えないように指導されています。食べ物のことは、親に聞くのが一番ですが、特にアレルギー食材に関しては、ほんの少量でも命にかかわることもあるので要注意。



♡ 早くから保育園に預けるのはかわいそう？

「3歳までは家庭で母親が…」という時代に子育てをされていた方もあるでしょう。この時期に愛され、人との絆を育むことはとても大切なことですが、それは母親だけに限りません。父親や祖父母、保育士、地域の人など、さまざまな人からの愛情を受けることができます。「3歳未満で母親が働いていても、問題行動や母子関係の良好さに関連性は認められなかった」との研究報告もされています。

大切なのは、子どもが安全で安心して過ごせる環境を整えてあげることです。

♡「虫歯（ミュータンス）菌」「ピロリ菌」感染！！

虫歯菌もピロリ菌も、生まれたての赤ちゃんは持っていない細菌です。どちらも保菌者である周囲の大人の唾液を通して感染するので、十分な注意が必要です。

自分が使った箸やスプーンで赤ちゃんに食べ物をあたえないことはもちろんですが、熱いものをフーフーと冷ます呼吸にも気をつけている親もいます。

それらの配慮や、親の「仕上げ磨き」などの効果で、実際に子どもの虫歯は減ってきています。

♡心とからだによい食生活を

レトルトや瓶詰の離乳食を食べている孫を見ると、「手作りすればいいのに」と言いたくなりますよね。しかし、時間をかけて作っても、赤ちゃんが必ず食べてくれるわけではありません。楽しいはずの食卓が、親子にとってストレスになってしまう場合もあります。育児には手抜きも必要ですし、最近のベビーフードは種類も豊富で材料も吟味されています。

「手作りのよさを」という料理自慢の方は、遊びに来てくれたときがチャンス。ぜひ色々な味を体験させてあげてください。ただ、アレルギーや親の方針もあるので、食べさせたいものは前もって親に確認すること。

まずは、「おいしいね」と食べて見せたり、孫が食べる様子をニコニコと見守ってあげることで、赤ちゃんが食べることの楽しさを感じてくれれば何よりです。



着せすぎに注意

薄着が気になったり、靴下をはかせたくなったりすることはありませんか。今は、エアコンなどの使用で快適な室温で過ごすことができる時代。厚着の必要はありませんし、親は、こまめな衣服調節に気を付けています。

また靴下は、寝返りやハイハイにチャレンジしている赤ちゃんの動きを妨げたり、伝い歩きで滑ったりするので、親がはかせていないこともあります。



おじいちゃん、おばあちゃんに人見知り

久しぶりに会った孫を抱こうとしたら大泣き…がっかりですよね。しかし、「人見知り」は発達の大変な過程。知恵がついてきた証拠です。この時期は無理に抱こうとしないで、ママパパに抱かれている赤ちゃんをあやす程度にとどめましょう。ママパパの腕の中にいる赤ちゃんが周りをきょろきょろ見回すようになってきたら、そろそろ大丈夫です。

ただ、声の低いおじいちゃんに慣れるのは、しばらくかかるかもしれません。けれど、警戒しながらでも気になってちらちら見ているようならもうすぐです。「この人は安心できる人」とわかれば、抱っこをせがまれて大変になるのも間近です。

♡ 見つめて、さすって、語りかけて

まだ首がしっかりしていないころの赤ちゃんでも、そばに座って目を合わせると、こっちをじっと見つめてくれます。服から出ている足や手をそっとさすりながら「かわいいねえ」「おおきくなあれ」と思わずつぶやくことはありませんか？ 何十年か前に、その子の親にもやったこと…そして多分、自分が赤ちゃんだったときにやってもらったことです。赤ちゃんには、見つめて、さすって、語りかけてあげてください。



♡ 赤ちゃんはくり返しが大好きです

「いないいないばあ」「どっちの手にあるか」などなど、お座りができるようになった子は何度でもやってもらいたがります。親は「これで最後ね！」と切り上げたがりがち。そういうときこそ、祖父母の出番です。「ばあ～」と物陰から顔を出すだけで満面の笑顔で喜んでくれるこの機会を逃す手はありません。くり返しにつきあえることこそ、祖父母の醍醐味です。

♥ 祖父母の家は危険がいっぱい

赤ちゃんのいない家は、床や棚に危険な物が無造作に置いてあるものです。孫が来るときは、必ず部屋の危険物は片付けましょう。たばこも危険物。「実家は危なくて、連れて行くのをためらう」という声もよく聞きます。

テーブルの上の灰皿や薬やピーナッツ、コンセントやコード類・・・事前に親に確かめたり、37～39ページを参考に室内をチェックしてみましょう。

♥ 電話やメールは、ほどほどに活用

遠く離れた祖父母にテレビ電話で子どもの相手をしてもらう、という親もいます。テレビ電話で読み聞かせをしている祖父母もいます。以前にはなかった文明の利器。負担にならない程度に付き合っていきましょう。少し大きくなると、電話に出てもくれなくなりますから。

また、孫の写真や動画が大量に送られてくると、「うれしいけれどちょっと面倒」と思う祖父母もいます。どうしてほしいかを率直に言うのは難しいですね。これも、「立った！歩いた！」を過ぎれば減ってくるので、心配ありません。

♥ こちらの都合もちゃんと伝えましょう

「祖父母に子どもを見てもらって、ちょっと休みたい」という親の気持ちはよくわかります。でも「祖父母は孫をいつでも大歓迎のはず」と思い込んでいる親もいます。だからこそ、疲れたり、自分の用事がある時は「今日は預かれない」とか「2時間ならいいよ」とはっきり伝えましょう。無理をすると、不満がたまって関係が悪くなりがちです。

【チーム育児のススメ】

多くの親が、自分たちだけで子どもを育てなければならないとがんばっています。その責任感ゆえにSOSを発することもできず、孤立していることがあります。そこで提唱されるのが、【チーム育児】です。

チーム育児とは、「周りの人」や「子育て支援サービス』『便利なツール』など、さまざまな資源を活用して子育てする「マルチオペレーション型の育児」です。

少し視野を広げて見たら、必ずサポートしてくれる「人」や「モノ」を見つけることができます。そういう資源に「頼る力」は、親たちにとっても、これからの社会を「生きる力」につながります。地域のさまざまなサービスや、ツールを活用しながら、「新しい育児のカタチ」を楽しんでみましょう。

人財

祖父母

パパ友、ママ友
保健師、助産師
ご近所さん
など

公的サービス

子育て支援拠点
病児病後児保育
一時保育、家事支援
産後ケア事業
ファミリー・サポート・センター
図書館
など

職場

育児休業
企業内保育
時短勤務
子連れ出勤
テレワーク
など

パパ&ママ

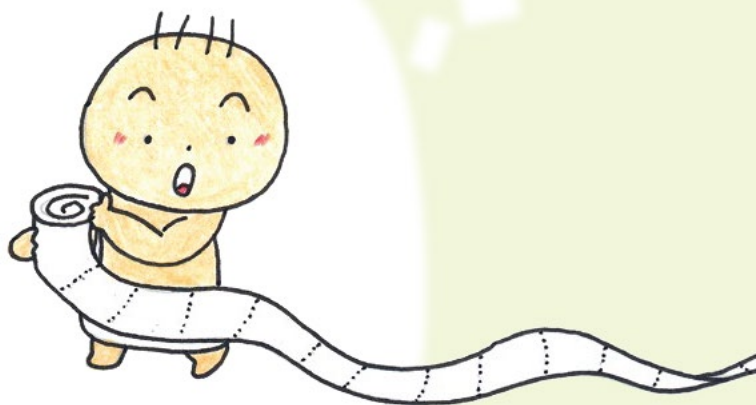
ツール

掃除ロボット
食洗器、除湿器
乾燥機
スケジュール共有アプリ
サブスク
(離乳食・絵本など)
など

商業サービス

家事代行
お惣菜屋、食材宅配
ネットスーパー
子育て支援タクシー
ベビーシッター
お掃除サービス
など

知っておきたい 今どき育児 “幼児期”



♥ オムツはいつかとれるもの

トイレトレーニングでイライラしている親には、「大丈夫、いつかは必ずとれるのだから」と声をかけてあげましょう。洗濯が大変だった昔は、1歳を過ぎるとオムツ外しを始めたものですが、最近は、3歳ごろから始める人も少なくありません。オムツ外しは、「しつける」とか「トレーニングする」のではなく、子どもが「自分でできるようになる」のに手を貸してあげることだと言われています。

♥「まだ〇〇できないの？」という何気ない一言に…

若い親たちは深く傷ついています。なぜなら、自分も不安でたまらないのですから。発達の早い子もいれば、ゆっくりの子もいます。それをわかっているはずの祖父母も、遠い昔のことで、つい忘れてしまっていることが多いようです。「まだハイハイしないの?」「歩かないの?」「おしゃべりは?」と、軽い気持ちで聞いてしまいがちですが、親にとっては、他の子と比べられているようで、いい気がしないものです。言葉に出すのはご法度です。

♥ おっぱいとのおさらば

子どもが母乳を欲しがらなくなると、自然に授乳をやめられればいいのですが、そんなにうまくはいきません。おっぱいコミュニケーションを長く続けている母子もあるし、反対に、夜間授乳にママが疲れたり、ママの服薬のためだったり、次の子ができたり、仕事の都合があったりして、親の判断で母乳をやめる場合もあります。「いつまで母乳を飲ませているのか」「こんなに早く母乳をやめてしまってもいいのか」…どちらも心配でしょうが、その決定は、いま子育てをしている親にとって必要だったということです。それを決めたママの気持ちを支えてあげましょう。



♥ してはいけないこと、危険なことをしたときは きちんと叱りましょう

叱られても意味がわからない0歳児は、危ないものはそばに置かない、という環境整備が先ですが、1歳ごろになると大人の言葉をだいぶ理解できるようになってきます。危険を伴うことをしたときは、毅然とした態度できっぱり「ダメ」と言いましょう。いつも優しい祖父母とは違う表情や声のトーンで、これはダメなことなんだな、とわかってきます。孫に嫌われるのが嫌で、「そんなことしたらママに叱られるよ」「パパがダメっていうからできないよ」という注意では、子どもに善悪を教えることはできません。

♥ 「食べさせてほしくないもの」 「食べさせては困るもの」

親がそう判断したものは子どもに与えないことです。「これくらいなら」「こんなに欲しがってるんだから」と与えて、ご飯が食べられなくなったり、好き嫌いにつながってしまうと、親とのトラブルになります。

また、アレルギーの関係で「絶対に与えてはダメな食品がある」子どももいます。少しだから大丈夫だろうとは思わないでください。ごく少量でも、重篤なアレルギー反応を引き起こすこともあります。

♡「こころやからだの発達」が気になりますか

「言葉が遅い」「落ち着きがない」「食べない」「イヤイヤが激しい」「ママから離れられない」「こだわりが強い」「友達と遊べない」などなど、あげるときりがないほどに、発達に関する「気になること」の相談が寄せられます。その大半は、個人差や、もとの性格によるものなので、時期が過ぎれば自然に解決していくことが多いです。

でも、はじめて子育てをしている親にとっては大きな悩みなので、そこに追い打ちをかけるように祖父母からも指摘されると、その悩みや不安は、より一層強くなって、親を追い詰めてしまいます。

しかし、安易に「大丈夫よ」と言うと、無責任だと思われてしまうこともあるので、まずは、悩む親の気持ちに寄り添って、話を聞いてあげましょう。

♡「育てにくさ」を感じるときがありますか

親の中には、「育てにくい」「かわいいと思えない」と感じて、途方に暮れている場合があります。また祖父母が、預かった孫に対して、そう思うことがあるかもしれません。実際、さまざまな発達特性を持つ子どもがいます。

そんなときは、まず親に、近くの「こども家庭センター」の利用をすすめてみましょう。専門家が相談に乗ってくれます。おじいちゃん・おばあちゃんの利用も大歓迎！です。



♥ 夜の寝かしつけに「お話」を

孫を寝かしつけるチャンスのある方におススメなのが「むかし、むかしあるところに…」というお話です。孫の名前や親の名前を入れて脚色したり、オリジナルを語ったりするのもいいですね。次、孫に会ったときに「あのお話をして!」とせがまれるようになって、孫との蜜月を楽しめるかも。



♥ 祖父母ならではの「遊び」や「おもちゃ」を

孫の喜ぶ姿を見たいからといって、欲しがるおもちゃをなんでも買ってしまつと、親から迷惑がられることもあるので、親に一言聞いてみるのが大切です。

最近は、大人でも驚くような「ハイテクおもちゃ」が出ていますが、実は、子どもにとって必要なのは「自分で何かをしないと遊べないおもちゃ」なのです。コマやけん玉、お手玉にあやとり、折り紙などのいわゆる「昔の遊び」は、手先を刺激するので脳の発達にもつながります。不器用な子どもが増えているのは、そういった遊びや体験が減っているのも一因です。いっしょに近所に散歩に出かけて、小石を拾ったり、たんぼぼの綿毛を吹いてみたりも、子どもにとっては楽しい遊びです。また、砂遊びや泥遊びもオススメです。「服や靴がよごれるから」「手が汚くなるから」と気にしなくていいような服装や環境を整えて、おもいっきり遊ばせてやれば、子どもは大喜びです。

♥ おじいちゃん!! 慣れていないからといってあきらめないで!

自分の子育て期には仕事が忙しくて、乳幼児の扱いに慣れないまま孫を迎えて、何をして遊んでいいのか分からない祖父が大勢います。まだ上手にお話の出来ない1歳前後だと、余計に戸惑いがち。やったことがないことを急にやれだの下手だの言われたら、面白くないのは当然です。でも、ポイントをおさえれば、きっと楽しく遊べます。子育ての「大変さ」を初体験するのもいいものです。

ポイント① 孫からの語りかけに反応する。子どもが指さしたり、「あーあー」と発した「言葉」に「お花だね」「きれいだね」などと、言葉で応答する。

ポイント② 泣いてもすぐに「ママ」や「あなたの妻」を呼ばない。そして子どもに「泣くな!」「いつまで泣いてるんだ」と怒らず、まずは「そうか、痛かったか」などと気持ちを受け止めて、言語化して返したり、抱っこしてあげる。

ポイント③ 子育て支援センターに行ってみる。地域の親子が安全に遊べる「子育て支援センター」は、パパの利用もあたりまえになり、「男性が浮く」こともなくなりました。周囲も「男性の育児」にあたたかい目を向けてくれます。ぜひ出かけて、よその親子と話したり、孫の遊ぶ姿を見守ってみましょう。



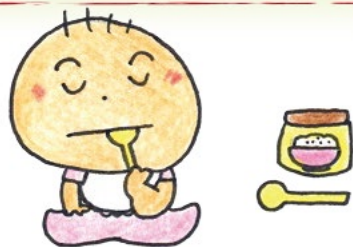
♡「孫育て」を頑張る夫にモヤモヤするおばあちゃんへ

生き生きと「孫育て」している夫を見て、複雑な気持ちになる方もあります。自分の子どもの世話なんかなんにもしなかったのに…全部私に任せきりだったのに…と。つい嫌味のひとつも言いたくなります。

言いたかったら言いましょう。「何十年かの遅れ」でも、子育ての大変さを夫に味わわせてくれた「孫の存在」に感謝しましょう。

♡「経験」があるからこそ、 親の良きサポーター役に

2歳ころになると「イヤ」「ダメ」と言う言葉を覚え、親の言うことを聞かずに、わがママを



言うようになってきます。これは『自我の目覚め』で必要な成長の過程なのですが、親たちは喜ぶどころか「子育てが間違っていたのではないか」と不安になったりします。怒鳴ったり、たたいてしつけようとする親も出てきます。祖父母は、こうやって成長していくのだということを知っていますが、経験のない親にはわからないことなのです。そんなときに「育て方が悪い」と親を責めたりしたら、親は困惑し、さらには「この子のせいで、こっちが怒られる」と矛先が孫に向くことだってあります。

「よくやっているね」と親の頑張りを認め、「こんないいところがある」と、孫のよいところを見つけて伝えてあげましょう。

♡ スマホや動画を見せておけば楽だけれど…

いくらかわいくても、疲れを知らない元気いっぱいの孫と遊ぶのは疲れます。ちょっと休むためには、スマホや子ども向け動画は便利な道具です。しかし、それらの長時間視聴で、子どものコミュニケーション能力や心身の発達が阻害されたり、視力や姿勢が悪くなるということで、子どもの視聴時間を気にする親も増えています。

もし、お宅で朝から晩までテレビをつけっぱなしにしているようなら、孫が来ているときは、大人のテレビ時間を減らしましょう。

♡ 応援したい ～仕事と子育ての両立～

今は共働きがあたりまえ。働かなくては生活していけないという社会情勢もあります。そんな中では、「保育園で急に発熱」「子どもが回復するまで何日も仕事を休めない」「臨時の会議でお迎えに間に合わない」など、いざというときに、祖父母は頼りになる存在です。

でも、祖父母にも仕事や都合があり、それらを全部引き受けられるとは限りません。協力は「できる範囲で」が大原則。前もって、「どんなことなら手伝えるか」を伝えておきましょう。

ファミリー・サポート・センターや病児保育など、社会による支援も併せて活用してください。そうでないと、長続きはしません。

♡ 二人目の妊娠・出産

二人目のつわりの時期、上の子の食事の用意や外遊びが辛くなったり、母親の変化に敏感な子どもがやんちゃを言ったりして大変なことがあります。また、出産後は『赤ちゃんの登場』で上の子が不安定になることも。そんなとき、祖父母のサポートがあるとママは大助かりです。

でも、二人目がまだの夫婦に「いつでも手伝うから早く産みなさいよ」とは言わないでください。いろいろな事情で子どもは一人と決めている夫婦もあるし、二人目不妊で苦しんでいる場合もあります。二人目の話題は慎重に。

♡ 絵本は親と子、祖父母と孫の、心の架け橋

「どうして絵本を読んであげるのですか？」と親にたずねると、「自分が子どものとき、絵本を読んでもらってとても楽しかったから」と答える人がいます。

祖父母の家に、もしそのころの絵本が残っていたら、ぜひそれを孫に読んでみてください。「ぐりとぐら」(福音館書店)、「いないいないばあ」(童心社)、「しろくまちゃんのほっとけーき」(こぐま社) などなど、やわらかくてあたたかい孫を膝に乗せ、絵本を読み出すと、何十年か前の光景がよみがえってきます。「この本は、パパのお気に入りだったんだよ」「ママは、何度

でもこれを読んでと言ったんだよ」それが絵本の力です。膝にいる孫も、いつの日か、自分の子や孫にその本を読む日が来るかもしれません。



いつでも どこでも ひとりで

祖父母の役割は、親たちの「サポーター」になることです。でも、この「サポーター」は、自分の孫に向けてだけではもったいない・・・地域の、社会の、そしてほんのちょっとすれ違っただけの『子ども』や『親』たちにも発揮してほしいのです。「いつでも・どこでも・ひとりでできるサポーター」がいま、地域で、社会で求められています。

少子化の中では、「孫が貴重」というだけではなく、子どもの存在そのものが「珍しく」なってきました。近所で、子どもの遊ぶ声はほとんど聞こえません。そればかりか、子連れの親子は「迷惑!」と疎まれ、子どもの声は「うるさい!」と忌避されることさえあります。

だからこそ、祖父母世代の方には、地域を、そして社会をサポートしていただきたいと思います。子連れのママやパパに、「大変だね」「頑張っているね」と声をかけてもらうだけで、疲れた親はホッとします。にっこりしながら、エレベーターの扉を支えて、ベビーカーを先に通してあげるだけでもかまいません。

そして、かつての子育て時代を思い出しながら、「赤ちゃんは泣くものよ」「子どもは、楽しいと大きな声になっちゃうの」「走りたくなって当たり前」と、一緒に見守っていただければ・・・それこそが、自分の孫育てを含め「地域の子どもたちが豊かに育つ社会」への一歩ではないでしょうか。



知っておきたい 今どき育児 “学童期”



♡ 孫の心のオアシスに

いよいよ小学校入学。「しつけ」だけではなく、親は子どもの「教育」でいろいろ悩むものです。子どものことが心配で、親が怒ってしまう場面も増えるでしょう。

三世代同居が多かった時代、親に叱られると、子どもは祖父母の部屋に逃げたものですが、核家族化が進み、今の子どもたちには昔のような逃げ場がありません。「甘やかさないで!」と親は言うかもしれませんが、子どもにとって「甘え」が受け入れられることは必要なことです。

親は、しっかり育てなきゃと思うあまり、肩に力が入って、つつい厳しくしてしまいます。祖父母はそんなときの「ちょっとした逃げ場所」…それが子どもの心にとって必要なのです。

祖父母が甘いからといって、子どもが親より祖父母を選ぶということはありません。自分たちは孫にとっての「心のオアシス」だと思って、たっぷり甘えさせてあげましょう。

♡ 孫で「子育て」のやり直しはできません

我が子に「もっと、こうすればよかった」という思いが、孫に向かってしまう祖父母は少なくありません。しかし、自分の娘や息子が期待通りの進路を進んでくれなかったからと言って、孫に期待するのはお門違いです。

「孫でリベンジを！」という意気込みは、孫にとってもその親にとっても、迷惑でしかありません。あなたの育てた子どもを信頼して任せましょう。

♡ 予測が難しい時代を生きていく孫

さまざまな理由で、不登校になる子どもが増えています。あなたの孫も例外ではないかもしれません。休みがちになったり、「行かない」と決めたり、保健室なら、放課後なら、フリースクールなら…と、その子なりのペースで一生懸命生活しています。それを見守る親も、大変な思いを抱えています。祖父母の役割は、その親子の気持ちに温かく寄り添うことです。

「根性がない」「勉強が遅れる」「学校は行くものだ」と無理強いすると、孫も親もますます辛くなります。そんなときはむしろ、リフレッシュのために孫を預かったり、平日遊びにくることを歓迎してあげましょう。学校のことには触れないで。

これからは、新たな価値観を認め、多様性を大切にする時代です。孫やその親の行動を「ふさわしくない」と決めつけたり、自己流のアドバイスをしたりしないで、まずは「話したいと思っていること」を聞いてあげましょう。聞いてもらえることで、不安の大半は楽になるものです。

♡ ほめて、ほめて、ほめましょう

子どもを伸ばすには、まずほめることが大切…と、ほとんどの親が頭ではわかっています。実際に「よい習慣」は、叱られるより、ほめられた方が定着しやすいものです。けれど、親はなかなかほめられません。親は、子どもに色々な希望と責任があるので、どうしてもだめなところが目についてしまうからです。

その点、祖父母は、価値の判断や善悪の評価を超越できることがあります。「責任」を負うのは親です。「無責任」な祖父母だからこそ孫のすべてを是認し、ほめ続けられます。ほめられると、子どもはうれしくて、得意になって、自分に自信が持てます。自信があれば、挑戦も再起もできます。

<ほめ方のコツ>

- 1割しかできなくても、その1割をほめる
- その子の以前と比べてほめる（きょうだいやよその子と比べない）
- やったときに、それを確実にほめる（やらないときには何も言わない）
- 存在をほめる（根拠なくほめる）



♡ 見守る孫育て

子育てを経験してきた祖父母は、先が見えるだけに心配で、あれこれやったり言ったりしてしまう「過干渉」「過保護」になることがあります。過干渉や過保護は、孫の伸びていく力をそぐこともあるので注意しましょう。

「甘やかす」と「甘えさせる」ことは違います。簡単に言えば、「甘やかす」のは、子どもの物理的・金銭的欲求を満たすことで、「甘えさせる」のは、子どもの精神的欲求を満たすこと。見守られ、精神的に満たされて安心できると、子どもは「次に羽ばたく力」を持てます。

♡ ねだられると、買ってやりたくなるけれど・・・

「孫にはつい財布のひもがゆるみがち」という方も多いでしょう。今ほどモノに恵まれない時代、また家計に余裕のないころに子育てをして、後悔が残った祖父母世代は、どうしても孫には不自由がないように買い与えたくなくなってしまいます。孫の喜ぶ顔も見たいですし。

でも、孫もだんだん大きくなると、欲しがるものは高価になります。親が買う必要がないと考えているものも、祖父母にねだれば買ってもらえると思ってしまっては困ります。欲しいとなるとガマンができず、自己破産に追い込まれたり、悪質商法に引っかかりたりする“若者の間での大金トラブル”が目立ってきています。「お金のコントロール力」を子どものときからつけていくために、祖父母の理解や協力が必要です。

♡ 長寿時代の「孫育て」

人生100年時代の祖父母世代は、人によって、状況が全く違います。仕事や趣味に忙しい人、自分の親も長寿でその介護を優先しなければならない人、あなたの娘や息子が晩婚・高齢出産のため70代後半で初孫…いずれにしても、限りある自分の「体力・気力・時間・経済力」を、いかに配分して使うかには、かなりの工夫が必要です。

たとえば、「甘やかしたくないけれど、おとなしくしてほしいので、ついねだられるままにお菓子を与えてしまう」とか、「テレビや動画を見せっぱなしにする時間が増えてきた」と感じたら、それは「お疲れのサイン」です。
自分にブレーキをかけて、断ることも必要です。

♡ セルフケアも大切に

「ちょっと疲れたな」と思うときは、自分が預かる代わりに、公営・私営の「一時預かりシステム」を利用してもらうなど、自分をいたわる時間を作りましょう。趣味や旅行、友人との交流の時間も大切にして、リフレッシュしましょう。
孫の願いは「おじいちゃん、おばあちゃん、いつまでも元気でいてね」です。

INFORMATION

祖父母の最大の仕事は、 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、子どもは人が老いていく過程や、病気、死といったことについても学んでいきます。

命を粗末にする若者が増えているのは、身近な死を経験していないからではないでしょうか。

何もしなくても、祖父母は「存在しているだけ」で、意味があるのです。

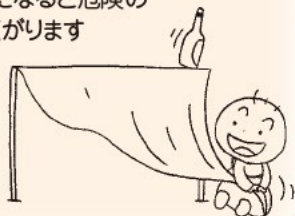


ここが危ない!!

あなたの家の危険度チェック

♥ 台所のテーブルクロス

歩くようになると危険の
範囲が広がります



♥ コンセント

コンセントカバーをつけましょう



♥ 引き出しの中

危ないもの・
小さなものは
入っていま
せんか



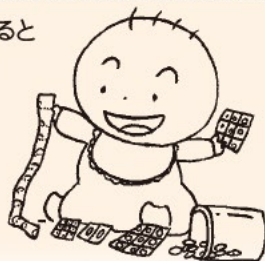
♥ テーブルの上

灰皿やジュースの空き缶が
置いてありませんか



♥ 薬やピーナッツ

口に入れると
危険です



♥ ビニール袋

顔にかかると
窒息します



❤️ コードや紐

首に巻くと
自分では
取れません



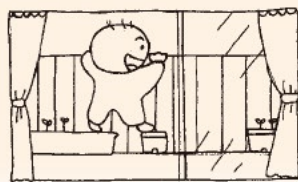
❤️ 温風ヒーター

温風ヒーターでの
低温やけどが
起きています



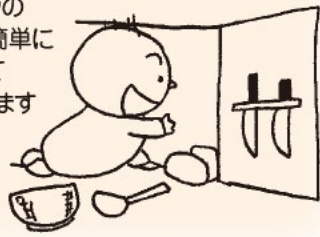
❤️ ベランダ

登れる台になるようなものは
置いてありませんか？



❤️ シンクの包丁入れ

シンクの
扉は簡単に
開けて
しまいます



❤️ ガス台のスイッチ

スイッチは
ロックしましょう



❤️ ポット

子どもが届くところには
置きません



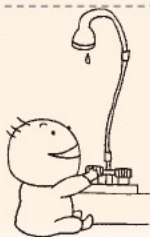
♥ バスタブ

残り湯も危険です



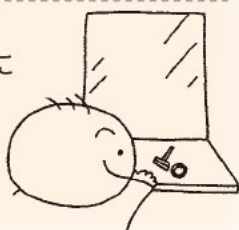
♥ シャワーの熱湯

蛇口で遊ぶのが大好きです



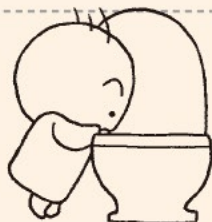
♥ 洗面台の指輪やカミソリ

つい置きっぱなしにしがちです



♥ トイレ

洋式トイレは必ずふたをしましょう



♥ 洗剤

手の届くところには置きません



♥ 階段や縁側

目を離した一瞬に落ちます



♥ 玄関マット・スリッパ

スリッパはつまずくし、マットはすべります



♥ ゴルフバック

簡単に倒れてきます



子どもの発達と事故

	転落	打撲・けが	熱傷	窒息	事故	溺水
誕生	抱っこのときに落とす		熱いミルクや熱い風呂	枕や布団 ビニール袋	車の事故 チャイルドシート装着不備	入浴時に落とす
3ヶ月 足をバタバタ	ベッドやソファから転落		くわえタバコ			
4ヶ月			大人の飲んでいるお茶やコーヒー			
5ヶ月 触ったものを口の中に		金属やプラスチックの玩具でのけが		たばこ、小物、ボタン電池の誤飲		
6ヶ月 寝返り		床に置いてある固いものにぶつかる		小さなおもちゃの誤飲	自転車の二人乗り	
7ヶ月 お座り	縁側から転落			スタイ コードやひも類		
8ヶ月 ハイハイ	いすから転落	引き出しの中 のハサミやカッターナイフ	ポット、アイロン、食卓の熱いもの			
9ヶ月			ストーブやヒーター	薬や化粧品 の誤飲		入浴時に自分で立って浴槽に転落
10ヶ月 つかまり立ち	浴槽や洗濯機、便器へ転落			豆やナッツ類の誤飲		風呂の残り湯に転落
11ヶ月	階段から転落	建具や家具の角で打つ			道路に飛び出す	
1歳 歩行	窓やベランダから転落	テーブルの角で打つ		ビニールなどをかぶって遊ぶ	コンセントに何かを挿しこむ	
2歳 階段の昇降	滑り台やブランコから転落	ドアや引き出しに手を挟む	ライター、マッチ、花火			台に乗って洗濯機を覗き込む
3歳 高いところからジャンプ		戸外の段差でころぶ			三輪車や自転車の事故	プールや、川、海での事故

子育て世代に聞きました

～言われて・されてうれしかったこと～

夫の母が「つわりで辛いんだから、アンタが家事をやりなさい」と夫に言ってくれた。

美容院に行ったり、友達と会うときに、子どもを気持ちよく預かってくれた。

結婚記念日に「子どもを預かってあげるから、夫婦で食事をしておいで」と送り出してくれた。

食事のとき、「子どもを見ているから、温かいうちに食べて」と言ってくれた。

予定日が過ぎても陣痛が来なかったとき、「人それぞれだから」と言ってもらえた。

子どもの1歳の誕生日に夫の母が「毎日大変ね」と、私にもプレゼントをくれた。

私の気が付いていない子どものいいところをみつけて、教えてくれた。

「いい名前をつけたね」と言われて、不安がふっとんだ。

「毎日、よく頑張っているね」と、私をほめてくれた。

近くの人が、子どもの名前を覚えていて、会うと呼びかけてくれた。

「これ、食べさせていい？」と聞いてくれるので、親として尊重されている気がする。



～言われて・されてイヤだったこと～

妻の母が何でもやってしまい、出番がなかった。

「つわりは気分の問題だから」と言われた。

「五体満足で丈夫な子であれば、男でも女でもいい」と言われたが、もし障がいのある子だったら、どうしたらいいのか。

「離乳食を始めたのなら、乳酸飲料くらいはいいでしょ」と勝手に飲ませられた。

せっかく考えた名前前に、字画をあれこれ言われた。

親戚の同じ月齢の子と、いつも比較される。

子どもの口にチューをする。

子どもに、絶対に着せたくないような服ばかり買って来る。

子どもに「ママは怒るから怖いな」と話しかける。

アレルギーがあるので、「保育園で給食はどうするの。大人になったら困るのに」と、不安になるようなことばかり言われる。

何かにつけて、「今の母親は楽でいい。私たちの頃は大変だった」と言われる。

素直に「孫に会いたいから」と言わないで、色々な口実を作って突然やってくる。

風邪をひいたら、「薄着だから」「人ごみに連れて行ったから」と親のせいにして責められた。

お風呂に入れてもらったら、自分のおっぱいを吸わせていた。

「1歳から保育所に預けるなんて、かわいそう」と非難された。

「一人っ子ではかわいそう」といつも言われる。

父親として育児相談したら、「育児はママに任せてあげればいいよ」と言われた。

祖父母世代に聞きました

～言われて・されてうれしかったこと～

孫の笑顔に、心から癒される。

友達とお茶をしたいというママのために、子どもを預かってあげたら、「本当に楽しかった」と言ってくれた笑顔が嬉しくて、「いつでもいいよ」と言いたくなってしまう。

孫を連れて公園に行くと、同じような孫連れのじーじフレンド（ばーばフレンド）ができる。

夢中になってアリンコやダンゴムシを眺めている孫に、いつまで付き合っても飽きない。

今の母子手帳や育児書を見せてくれて、昔と違うことを丁寧に説明してくれた。

孫の足の親指の爪が自分と同じ形なのを見て、自分の命が続いていることをしみじみ実感した。

孫が「じいじ、ばあば大好き」と言ってくれる。

ママの食事中や、お風呂のときに孫を見ているだけなのに「ゆっくりできてうれしい」と言ってくれる。



～言われて・されてイヤだったこと～

土日のたびに、親子でご飯を食べに来て、私たちの休日を奪うのはやめて。その上、「孫を見せに来てあげた」とは、少々恩着せがましくないかな。

「赤ん坊が泣いた!笑った!」と、やたらに携帯メールに写真を送ってくること。

私が子どもを見てあげると言うのに、頼ってこない。



孫はかわいいから、にっこり笑って預かるけど…、お守は結構疲れるってことを、親は分かっていない。

「ランドセル
こちらは代金
払うだけ」
何でもかんでも、スポンサーだとあてにするな。

自分の子どものときは何ひとつ手伝わなかった夫が、せっせと孫の世話をして、孫がなつくのを見ると複雑な気持ちになる。

もっと会いたいのに、なかなか連れて来てくれない。

親はちゃんとしつけをすること。「いただきます・ごちそうさま」の礼儀や、靴を揃えたり新聞を踏んだりしないことは、人として当たり前。

「初孫は 1泊だけでは心が残る 3泊以上は疲れが残る 2泊3日がちょうどいい」・・・でも孫が増えたら、日帰りで十分。

子どもに、「そんなことしたら、じいじ(ばあば)に怒られるよ」と言う。

子育て支援（孫育てバージョン）

祖父母世代も利用できる相談窓口など

救急に関する相談

■ 子ども医療電話相談（#8000）

休日・夜間の急な子どもの病気・ケガへの対処法や、病院を受診したほうがよいか判断に迷ったときに、看護師に相談ができます。

#8000（携帯電話、プッシュ回線）

☎058-240-4199（一般回線）

〈相談時間〉 月～金 18:00～翌朝 8:00

土日祝、年末年始 24時間対応

<https://www.pref.gifu.lg.jp/page/1633.html>



■ 救急安心センターぎふ（#7119）

急な病気やケガをしたとき、救急車を呼んだ方がいいか判断に迷ったとき、専門家からアドバイスを受けることができます。

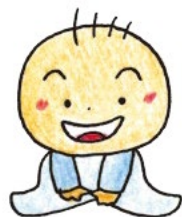
#7119（携帯電話、プッシュ回線）

☎058-216-0119（一般回線）

〈相談時間〉 年中無休 24時間対応

<https://www.pref.gifu.lg.jp/page/310322.html>





■ ぎふ救急ネット

岐阜県救急・災害医療情報システムで、県内の病院・診療所、消防機関などをインターネットで結んで、救急医療や医療機関の情報をお知らせしています。

夜間や休日に体調を崩したり、ケガをしたりしたときは、まず、かかりつけ医に連絡してください。かかりつけ医と連絡がとれないときには、「ぎふ救急ネット」をご活用ください。

最寄りの救急医療機関や、地域の医療機関・歯科医療機関の情報をご案内します。

<https://www.qq.pref.gifu.lg.jp/qq21/WP0101/RP010101BL>



■ 中毒110番（公財）日本中毒情報センター

化学物質（たばこ、家庭用品など）、医薬品、動植物の毒などによって、実際に急性中毒の事故が起こった場合に、情報提供します。

大 阪 ☎072-727-2499（年中無休 24時間対応）

つくば ☎029-852-9999（年中無休 24時間対応）

たばこ専用 ☎072-726-9922（年中無休 24時間自動音声応答）

<https://www.j-poison-ic.jp/110service/>



育児・子育てに関する情報・相談

■ ぎふ子育て応援団

県内の子育て支援に関する情報や、子育て家庭に役立つ情報をワンストップで入手できる、子育て支援情報の総合窓口です。

「ぎふっこカード」「妊婦・乳幼児連れ駐車場」「赤ちゃんステーション」参加店舗が検索できます。

また、「子育てガイドブック」電子版も掲載しています。

<https://www3.pref.gifu.lg.jp/pref/kosodateoen/>



■ 教育相談ほほえみダイヤル

いじめ、不登校、学習、進路、友だち、親子関係などの相談を受け付けています。

☎0120-745-070

〈相談時間〉 月曜～金曜日／9：30～16：15

<https://www.pref.gifu.lg.jp/site/edu/16552.html>



利用できるサービス

■ ファミリー・サポート・センター

地域で子育てのサポートを受けたい人行きたい人が会員となり、支えあえる会員組織です。

<https://www.pref.gifu.lg.jp/page/5396.html>



■ 病児・病後児保育

幼児・児童が病気の際に、自宅での保育が困難な場合、病院・保育所等において一時的に保育します。

そのほか、保育中に体調不良となった児童への緊急対応も行います。

<https://www.pref.gifu.lg.jp/page/6603.html>



■ 児童館

遊びを通して児童を健やかに育てることを目的に設けられた子どものための施設です。

<https://www.pref.gifu.lg.jp/page/6888.html>



■ シルバー人材センター

「育児支援サービス」や「家事援助サービス」を行っている地域もあります。

http://webc.sjc.ne.jp/gif-rengo/center_3



子育て支援（孫育てバージョン）

地域の子育て支援は あなたの力を求めています

ファミリー・サポート・センター

「提供会員」として、子どもの送迎や預かりなどの協力ができます。



<https://www.pref.gifu.lg.jp/page/5396.html>

地域学校協働活動

地域と学校がパートナーとなって地域全体で子どもたちの成長を支えます。自分の得意を生かし、無理なく楽しみながら活動に参加できます。



<https://www.pref.gifu.lg.jp/page/13312.html>

子育て支援員

県主催の子育て支援員研修を受講後、保育所や放課後児童クラブの補助などができます。（国家資格ではありません）



<https://www.pref.gifu.lg.jp/page/215400.html>

シルバー人材センター

各自治体によって異なりますが、子育て家庭の家事援助や、育児のお手伝いをします。



http://webc.sjc.ne.jp/gif-rengo/center_3

民生委員・児童委員

学校や関係機関と連携して、子どもの福祉に関する支援をします。



<https://www.pref.gifu.lg.jp/page/6534.html>

地域子育て支援拠点 (地域子育て支援センターなど)

ここを利用する親子や祖父母の応援団として、できるときに、できる範囲でお手伝いをします。



<https://www.pref.gifu.lg.jp/page/6603.html>

「こども食堂」

「こども食堂」など、民間で運営されている「地域のこどもの居場所」で、それぞれができる範囲のお手伝いをします。



<https://www.pref.gifu.lg.jp/page/26138.html>

絵本の読み聞かせ

学校や地域の図書館などで、あなたの個性を生かした読み聞かせができます。

交通指導員

登下校のときに、児童の安全を見守ります。交通安全の啓発事業などにも関わります。

おわりに

「孫育てガイドブック」を手にしていただき、ありがとうございました。心に届いたひとことはあったでしょうか。

当たり前のことですが、子育ての主役は『親』です。どんな場面であっても、子育ての方針を決めるのは『親』であって、『祖父母』ではありません。祖父母の役割は、一生懸命子育てをしている親たちの、「よりよいサポーター」になることです。そしてもうひとつ、成長していく『孫』の心に寄り添って、大丈夫だよと伝え続けることです。祖父母のあたたかな見守りは、子どもたちが自分の存在に自信を持てる心の糧となります。

孫の成長は、祖父母にとってはいつまでも楽しみです。ずっと心にかけていたいと思います。ただ、心にかけることはできませんが、「孫育てのサポート」にはいつか終わりが来ます。

孫育ての終わりには、二つのパターンがあります。一般的な終わりは、孫が大きくなって、具体的な手助けが必要なくなる時です。お迎えも、食事の世話もしなくてよくなります。クラブ活動や友だちとの付き合いのほうが祖父母というよりも当然楽しくなってきます。「じいじ～、ばあば～」と後を追ってきた日々はあっという間に終わってしまいます。

もう一つの終わりは、まだ具体的な手助けが求められている最中であっても、こちらの体力・気力・そして時には経済力に限界が来てしまう時です。子どもや孫に頼りにされるのはうれしいことですが、だんだん老いてゆく祖父母としては、気力・体力がついていかなかったときは、「NO」と言わねばならない場面も出てきます。また、孫の喜ぶ顔にほだされての出費は、孫の成長につれて年ごとに大きな額になりがちで

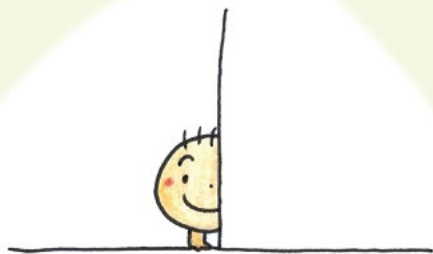
す。親の窮状を見かねての教育費援助などで、自分たちの老後の資金が危うくなってしまうは大変です。孫への出費は、「ここまで」という目安を決めて、冷静に対処することが必要です。

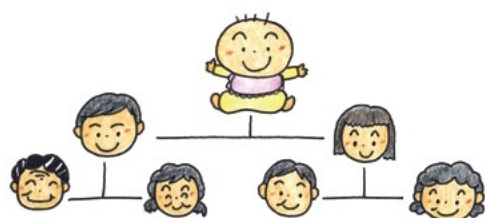
孫を一生懸命育てている親たちを「サポートしてやりたい」という気持ちに嘘はありません。でも、時には「サポートしてやらなければ」という責任感や義務感が、祖父母のストレスになってしまうこともないとは言えません。

「かわいい孫なのに、世話を考えると気持ちが沈む」「子育てを終えた人生の後半だからこそ、自分のための時間を持ちたい」などと感じたとき、これはわがままなのかと自分を責めてしまうこともあります。でもそれは、誰もが当たり前に思うことなのです。だからこそ、いま「どの程度のサポートができるか」を、その都度見きわめて、それを親たちに率直に伝えることが必要になってきます。

『祖父母』も『親』も、無理をしないで折り合っていくことが、お互いにいつまでもよい関係性を保つ秘訣です。

そしてもし、「子育てを手伝いたいのに、孫は遠くに住んでいる」とか、「孫に手がかからなくなった」「まだ余力がある」という方がありましたら、ぜひ、地域の子育てをサポートしていただけないか。「地域での子育て支援サポート」が社会へ広がることを心から願っています。





発 行：岐阜県健康福祉部子ども・女性局子育て支援課
岐阜市数田南 2-1-1 TEL 058-272-8077

制 作：NPO法人くすくす

イラスト：北川よし子

令和 7 年 1 月