



楽しい孫育てガイド -家族みんなでよんでね-

おじいちゃん・おばあちゃんは今の子育て環境を理解して、“祖父母力”をアップさせ、“孫育て”をしてみませんか。

ママ・パパはおじいちゃん・おばあちゃんと良好な関係を築きながら上手に頼りませんか。



“孫育て”の効果



祖父母

- 孫から刺激や元気をもらえ、新たな生きがいや張り合いが生まれる
- 夫婦間や地域のつながりが深まる



ママ・パパ

- 子育ての負担軽減につながる
- 祖父母が身近な相談相手となりコミュニケーションが増える



孫

- さまざまな価値観や経験が得られ、社会性が育まれる
- 周囲の大人からの愛情を受けて情緒が安定する

家族みんなで子育て孫育て

孫育ては家族みんなにとってとても良いことですが、言葉選びを誤ったりうまくコミュニケーションが取れなかったりするとお互いの関係がぎくしゃくすることもある。

まずはママ・パパ・おじいちゃん・おばあちゃんが良好な関係を築くことが大切です。

1

子育ての主役はママ・パパ、祖父母はあくまでサポーター

おじいちゃん・おばあちゃんはママ・パパからの家庭の育児方法を聞き、それに沿ってサポートしましょう。その時に「してほしくないこと」を聞いておくこと。決して自分の体力・気力を過信しないように。



祖父母

2

ライフスタイルの変化・子育て環境の変化を理解する

働くママやパパの育休、スマホ育児…と、子育て環境は日々変化しています。「昔はこうだった」を持ち出さず、本音は抑えて。

ママ・パパは、おじいちゃん・おばあちゃんの予定や身体に配慮したうえでサポートしてほしいことを具体的に伝えましょう。サポートしてもらった後は感謝の気持ちも忘れずに。



ママ・パパ

おじいちゃん・おばあちゃんの発言はお孫さんのことを思って、心配しての発言かも。「そういう考えもあるんだ」と受け止め方を変えてみるのも良いかもしれません。

〈以下は広告スペースです〉

親子あそび

2か月～

からだあちこちマッサージ

赤ちゃんのからだのいろいろなところをタッチしたり、もんだり、こちょこちょします。手やお腹など部位の名前を言いながら、マッサージするように触れましょう。お口の周りやお顔も優しく触れます。

あたま・かた・ひざぽんを歌いながらタッチしてみよう♪



子育ての今と昔の違いを知ろう!

「日光浴」が「外気浴」になったり、「うつぶせ寝」が「乳幼児突然死症候群(SIDS)」のひとつの要因と言われたりするなど、祖父母世代の子育てと今の子育てではこんなに違います。

昔

今

だっこ



抱きぐせをつけると、赤ちゃんはだっこを求めてしょっちゅう泣くようになっていた。

だっこされることで赤ちゃんは安心感や、人に対する信頼感をもつので、抱きぐせは心配なくてよい。

授乳



3時間おきに授乳するのがいいと言われていた。

赤ちゃんによって個人差があるので、むりに飲ませることはしない。赤ちゃんが欲しがる時に授乳する。

日光浴



日光浴により“くる病(ビタミンD欠乏症)”を予防する。

紫外線の問題から、母子健康手帳から「日光浴」の記載が消え、外気や温度差に慣らす「外気浴」を推奨している。

うつぶせ寝



頭の形が良くなる、寝つきが良くなると言われた。

「乳幼児突然死症候群(SIDS)(※)」のひとつの要因と考えられており、こども家庭庁も医学的な理由から医師が指導する以外は、あおむけ寝にしましょうと啓発している。

(※)それまで元気だった赤ちゃんが事故や窒息ではなく眠っている間に突然亡くなってしまう病気

むし歯予防



こどもの歯は生えかわるからとむし歯を放置することがあった

正しくケアすることによりこどもの歯も大人の歯もむし歯を予防することができる。



室内で楽しもう! ひと工夫でうち遊びをENJOY

2

マスキングテープ de 「うち遊び」

フローリングに丸や三角、四角などの図形をマスキングテープで作ります。図形の名前を言って、こどもに移動してもらいます。図形を線路に見立てて、電車や車を自由に並べてみたり、人形の玩具を歩かせたり、お気に入りの玩具の形を真似たりなど手軽に遊べます。



用意するもの

★マスキングテープ

★うちにあるおもちゃ