

ながれやま孫育て ガイドブック

～子どもたちの子育てを応援する
おじいちゃん・おばあちゃんへ～



流山市

はじめに

わが子を育てるパパ・ママにとって、おじいちゃん・おばあちゃんのサポートは大変心強いものです。

育児環境の変化に伴い、育児の考え方や方法が大きく様変わりしています。サポートをしている中で、パパ・ママの育児を見ていて、戸惑いやもどかしさを感じることもあるかもしれません。

祖父母世代のみなさまに、今の子育てについて理解を深めていただき、祖父母ならではの豊かな経験や知恵を活かして、温かく応援していただくために「ながれやま孫育てガイドブック」を作成しました。

みなさまの“孫育て”のお役に立てれば幸いです。



もくじ

- | | | |
|---|----------------------|--------------|
| 1 | 良いこといっぱい孫育て | ・・・P 2 |
| 2 | 孫育てのポイント | ・・・P 3 |
| 3 | こんなに違う！？子育ての昔と今 | ・・・P 4～P 5 |
| 4 | みんなの『声』 | ・・・P 6～P 7 |
| 5 | どこに遊びに行く？ | ・・・P 8～P 12 |
| 6 | お家の安全チェック！！ | ・・・P 13～P 14 |
| 7 | 緊急時の対応・緊急連絡先 | ・・・P 15～P 16 |
| 8 | 地域で子育てのお手伝いをしてみませんか？ | ・・・P 17～P 18 |
| | ～お孫さんの誕生の記録～ | ・・・P 19～P 20 |

1 良いこといっぱい孫育て

おじいちゃん・おばあちゃんが子育てのサポートをすることで、それぞれに良いことがたくさんあります。また、お互いの手助けが必要な時に支え合う関係を築くことにもつながります。

おじいちゃん・おばあちゃん

- ・ 今までの経験を活かして、パパ・ママの力になることができる。
- ・ 刺激を受けて元気をもらえる！
- ・ 新たな生きがいをもてる。
- ・ 孫を通じて、地域での新たなつながりができる。

孫（子ども）

- ・ より多くの愛情を受けることができる。
- ・ いろいろな人とかわることで、社会性が育まれる。
- ・ さまざまな考え方を知ったり、経験することができる。

パパ・ママ

- ・ 孤独感、不安感、子育て中のストレス等が軽減できる。
- ・ 余裕をもって子どもと向き合える。
- ・ 子育てと仕事の両立がしやすくなる。



2 孫育てのポイント

① 育児の主役は、パパとママ。

パパとママに子育ての方針を聴いて、おじいちゃん・おばあちゃんは「名脇役」として、育児をサポートしましょう！

② おじいちゃん・おばあちゃん自身のライフスタイルも大切に！

身体等も無理のない範囲で育児をサポートしましょう。
できないことは事前に伝えましょう。

③ 自分の経験や知識の押し付けとならないようにしましょう。

子育ての考え方・やり方の違いで、パパ・ママと摩擦が起こることもあるかもしれませんが、頭ごなしに否定せず、まずはパパ・ママの考えを聴き、いったん受け止めることも大切です。

パパ・ママの「手伝ってほしいこと」や「やってほしくないこと」、おじいちゃん・おばあちゃんの「手伝うことができないこと」や「どうしていいかわからないこと」等を前もって話し合い、お互いにストレスの感じるものが少ない関わり方を考えましょう。

妊娠期から孫育ては始まっている！

【妊娠中】

つわりは病気ではないですが、症状は人それぞれです。
「私のときはもっと家事をやっていたよ。」等の言葉は禁句です。
妊娠期で心が不安定なママを優しく、いたわってあげましょう。

【出産後】

産後1 か月は、赤ちゃんとの生活ペースがつかめず、ホルモンの変化で感情の乱れ（イライラや涙もろくなるなど）が起こりやすくなります。
可愛い孫にすぐに会いたい気持ちはありますが、ママの気持ちと身体に配慮をした方法にしましょう。



3 こんなに違う！？子育ての 昔 と 今

子育てを取り巻く情報は変化・進化するため、祖父母世代と子育て世代では良いとされる子育ての方法にも違いが生じます。

昔と今の違いを知って楽しめると良いですね。



昔

今

「抱きぐせ」がつくので、泣いても抱っこしない方が良いと言われていた。



だっこ

「だっこ」は心の安定につながります。お孫さんにとっての心の栄養剤。心配しないでたくさん「だっこ」してあげましょう。

3時間おきに授乳する。ミルクの方が栄養あると言われていた。

授乳

母乳の場合は、赤ちゃんが欲しがったタイミングで。母乳にも栄養がしっかり含まれているので、親子に合った形であれば、母乳でもミルクでも良い。

1歳までに断乳するべきと言われていた。(母子手帳にも記載があった。)

卒乳

いつまでという決まりはない。自然なタイミングで卒乳する。

日光浴は赤ちゃんの日課だった。(母子手帳にも記載があった。)



日光浴
外気浴

赤ちゃんを外気や温度差に慣らす「外気浴」が勧められている。真夏は日差しが強い時間帯を避け、帽子等で直接日光が当たらないようにする。

昔

頭の形が良くなる、眠りが深くなると言われていた。



うつぶせ寝

離乳食の準備段階として、生後3～4か月頃から果汁やスープを飲ませていた。

離乳食

大人がかみ砕いたものを食べさせることがあったり、大人が使った箸やスプーンで食べさせることがあった。

むし歯予防

早くはずしたほうが良いと言われていた。

おむつはずし

冷暖房の設備も少なく、風邪をひかないようにと厚着をさせることもあった。

外気浴

今

窒息や乳幼児突然死症候群（SIDS）の発症率が上がるため、基本的にはあおむけで寝かせる。

母乳やミルクには、この時期に必要な栄養が入っているため、果汁を与える必要はない。生後5～6か月頃を目安に始め、つぶし粥等を与える。はちみつは、乳児ボツリヌス症を防ぐため、1歳を過ぎてからにする。

生まれたばかりの赤ちゃんの口にはむし歯菌はおらず、大人から感染すると言われています。周囲の大人は、むし歯を治療し、スプーンや箸を共有しない。

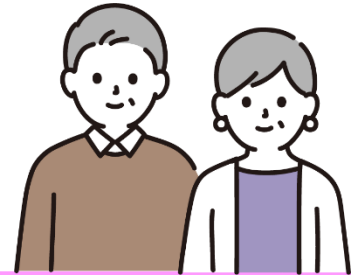
その子のタイミングではずしていく。お孫さんのペースを大事にして成功したらほめてあげましょう。

赤ちゃんの時期は体温調節が未熟です。気温の影響を受けやすく汗をうまくかけないので、衣類で調節をしましょう。

4 みんなの「声」

子育て情報LINE「ながれやま市 子育てちゃんねる」にて、孫育て（子育て）をしている、おじいちゃん・おばあちゃんとパパ・ママから、声をお寄せいただきました。

おじいちゃん・おばあちゃん側



孫育てをされていて嬉しかったこと

- 孫の成長を感じることが出来て嬉しい
- 一緒にお出かけや遊んだりすることで、多くの生きがいやエネルギーをもらえる
- 孫の喜ぶ顔を見られること
- 子育てを手伝うことで、パパ・ママの力になれていることが嬉しい

孫育てをされていて理解（配慮）してほしかったこと

- 預かってもらいたい時はなるべく早めに教えて欲しい
- 事前に、やって欲しいこととやって欲しくないことを具体的に話してもらいたい
- 危険と隣合わせの水辺などでの遊びの見守りを任せないで欲しい
- 預かる頻度が高すぎると、気力・体力が続かない

パパ・ママ側



孫育てをしてもらって嬉しかったこと

- 孫が産まれて喜んでくれた
- パパ・ママの育児方針を否定せず、尊重してくれた
- 子どもの預かりや送迎等してくれた
- 夜泣き時や寝かしつけの手伝いをしてくれた
- ご飯の用意や調理済の料理をいただいた



孫育てをしてもらって理解（配慮）してほしかったこと

- 母乳が出ないことや、母乳ではないことについて言われること
- 授乳中にやってきて話しかけること
- アレルギー等もあるので、おやつや食事をあげる前に確認をして欲しい
- 手洗い・うがいや消毒など、衛生面に気をつけて欲しい

5 どこに 遊び に行く？

お孫さんと外に出かけようと思う時、どこに行きますか？

市内には魅力的な場所が色々ありますが、今回はお孫さんと一緒に訪れることができる「公園」や「図書館」、また、パパ・ママにも伝えて欲しい「地域子育て支援センター」や「児童館・児童センター」についてもご紹介します。

市内でお孫さんとのお気に入りの場所をたくさん作ってください。

公園

流山市内にはたくさんの公園がありますが、その中から10か所の公園をご紹介します。

名称	所在地	主な特徴
におどり公園	西深井1028-1	新川耕地の北端、利根運河の南隣にある工業団地の緩衝緑地として整備された公園です。この地が葛飾早稲を産しており、万葉集にある葛飾早稲の歌に出てくる、鴉（におどり）から公園名が命名されています。
東深井地区公園 （古墳公園）	東深井815	公園内に古墳群があります。公園の隣には、森の図書館や市民プールもあります。
東部近隣公園 （やまびこ公園）	名都借240	運動のできる大きな広場と木製の遊具が魅力です。林の中には、遊歩道も整備されています。
南流山中央公園	南流山3-14	住宅地の中の憩いの場として親しまれています。
松ヶ丘ふるさと公園	松ヶ丘4-495-1	住宅地の中の貴重な緑の空間で、隣接する松ヶ丘3号散策の森とあわせて、森林浴が楽しめます。

名称	所在地	主な特徴
前ヶ崎城址公園	前ヶ崎 4 0 9 - 1	前ヶ崎城は、16 世紀半ばに大谷口城の出城として築城されたといわれています。この歴史的な自然の地形を生かし公園として整備したものです。
三輪野山近隣公園	三輪野山 2 - 2 9 2	林の中を散策したり、ミニアスレチックで楽しめます。
西初石近隣公園 (おおたかの森駅南口公園)	おおたかの森南 1 - 2 5 - 3	つくばエクスプレス「流山おおたかの森駅」南口にあり、広場で遊んだり、木陰のベンチで休憩ができます。
愛宕ふれあいの森	中野久木 2 8 7 - 1	愛宕神社に隣接する市民の森です。園内には、多くのサクラの木があります。
大堀川水辺公園	おおたかの森東 3 - 9	大堀川の水辺空間と一体となった開放的な公園でウォーキング等が楽しめます。





図書館

中央図書館、森の図書館、木の図書館、サンコーテクノプラザ南流山地域図書館、おおたかの森こども図書館、2つの分館（北部・初石）、2つの図書ピックアップセンター（おおたかの森・南流山）のネットワークで、図書館サービスを展開しています。

休館日

月曜（祝日及び夏休み期間中を除く）、月曜が祝日の場合は直後の平日、
月末日（土・日曜・祝日を除く）、年末年始、特別整理期間

※図書ピックアップセンターは月末日も9時30分～17時開館

名称	所在地・電話番号	開館時間
中央図書館	加1-1225-6 7159-4646	9:30～ 19:00
森の図書館	東深井991 7152-3200	(日曜、祝日、夏休み期間中の月曜は17時まで)
木の図書館	名都借313-1 7145-8000	
サンコーテクノプラザ南流山地域図書館	南流山10-2-1 7159-4000	9:00～ 19:00 (日曜、祝日、夏休み期間中の月曜は17時まで)
北部分館 (北部公民館内)	美原1-158-2 7154-8000	10:00～ 17:00
初石分館 (初石公民館内)	西初石4-381-2 7154-9100	
おおたかの森こども図書館	おおたかの森西2-13-1 7159-7041	
おおたかの森図書ピックアップセンター	おおたかの森北1-2-1 7159-4646	9:30～ 19:00 (日曜、祝日、夏休み期間中の月曜は17時まで)
南流山図書ピックアップセンター	南流山3-3-1 7159-7373	

地域子育て支援センター

乳幼児と気軽に遊びに行くことができ、子育ての不安や悩みを相談することもできる場所です。

市内には現在（令和6年3月）11か所の地域子育て支援センターがあります。開園日やイベント等の詳細は市ホームページをご確認いただくか、各センターにお問い合わせください。

名称	所在地	電話番号
FORESTINA* （たかさごスクールおおたかの森分園内）	おおたかの森東1-2-1 ライフガーデン流山おおたかの森401	7178-3061
かるかも （かやの木保育園内）	大畔198	7159-2813
わらしこ （生活クラブ風の村わらしこ保育園流山内）	加4-12	7150-5002
さくらんぼルーム （南流山聖華保育園内）	南流山2-29-4	7159-3401
おひさま （城の星保育園内）	流山9-500-42	7170-2111
いつきさくらんぼルーム （聖華いつき保育園内）	南流山1-17-4	7158-1145
ひまわり （えどがわ森の保育園内）	駒木474	070-4251-0900
ぺんぎん （森の葉保育園内）	上新宿字芝山111-8	7152-8966
おひさま城の星おおたかの森 （城の星おおたかの森保育園内）	野々下1-292	7197-2666
かもめルーム （聖華マリン保育園内）	おおたかの森北3-9-1	7154-5252
地域子育てセンター みんなの Fratto （オハナゆめ保育園併設）	中116-1	7168-0827

児童館・児童センター

午前は、「にこにこサロン」や「あそびのひろば」として、乳幼児と保護者が自由に参加したり、遊んだりすることができます。

午後は、学童が自由に来館し、遊ぶことが中心になっています。

※イベント等の詳細は各館・各センターにお問い合わせください。また、市ホームページでもご確認いただくことができます。

休館日

日曜、祝日、年末年始、第1土曜、第3月曜、その他必要な日

（※¹の児童センターは第1土曜、第3月曜は開館）

（※²の児童センターは、月曜日休館（但し夏休み中の月曜日、祝日にあたる月曜日は開館。月曜日が祝日にあたる時はその直後の平日、年末年始が休館。））

名称	所在地・電話番号	時間
駒木台児童館	駒木台221-3 7154-4821	9:00～ 17:00
江戸川台児童センター※ ¹	江戸川台東1-251 7154-3015	（※ ¹ の児童センターは 5～8月は 9:00～ 18:00）
向小金児童センター※ ¹	向小金2-192-2 7186-7714	
赤城児童センター	流山8-1071 7158-4545	
十太夫児童センター	おおたかの森東2-5-3 7154-5254	（※ ² の児童センターは 5～8月は 9:00～ 19:00）
野々下児童センター※ ¹	野々下2-709-3 7136-2510	
思井児童センター	思井79-2 7159-5666	
おおたかの森児童センター※ ¹	おおたかの森西2-7-1 7150-7331	
サンコーテクノプラザ 南流山児童センター※ ²	南流山10-2-1 7157-2729	

6 お家の 安全 チェック！！

リビング

★棚や引き出し

危ないもの、小さいものははいっていませんか？
ロックなどで簡単に開けられないようにしておくと安心です。



★家具等

- ・机の上に、飲食物や食器、薬やピーナッツ、電池等赤ちゃんが飲み込めてしまう小さなものはすぐに片づけられるようにしましょう。
- ・家具等の角にコーナークッションを付けるようにしましょう。
- ・アイロンは近くで使用せず、使用後は手の届かない場所へ置きましょう。
- ・コンセントにカバーをつけましょう。

★ベランダ等の窓

施錠をしっかりとしましょう。透明なガラスには補強のためにフィルムを張るのも良いでしょう。

★ヒーターなどの暖房器具

暖房器具でのやけどは低温でも起きてしまうので置き場所に注意しましょう。

玄関・階段

★玄関のドア

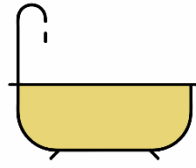
ドアに手を挟まないように対策をしましょう。

★階段等の段差

落下防止のためにベビーゲート（柵）をつけましょう。
子どもから目を離すと一瞬で落ちてしまうので、気をつけましょう。



浴室・洗面・トイレ



★お風呂

- ・お風呂の浴槽に水をためるときはドアを閉めましょう。お風呂の残り湯には気を付けましょう。少しの水でおぼれてしまいます。
- ・入浴時の転倒防止のため、滑り止めマットをひきましょう。

★洗濯機

洗濯機に入ってしまったないように、ロックをかけておきましょう。

★トイレ

トイレも入れないようにドアを閉め、ふたも閉めておきましょう。

キッチン・ダイニング

★刃物

包丁等の危険なものは手の届かない場所に置きましょう。また、刃物や洗剤が入っている扉を開けてしまわないように、収納にはロックを付けましょう。

★コンロ

ガスコンロやポット等に触れないようロックをかけ、ベビーゲートをつけましょう。

★テーブルクロス

引っ張って机の上の物が降りかかる可能性があるので、注意しましょう。

屋外編～車～

- 必ずチャイルドシートを使用しましょう。
- 車外に飛び出さないようにドアのロックをかけましょう。
- 車の近くにいるときは目を離さないようにしましょう。



7 緊急時の対応・緊急連絡先



判断に迷ったら

○こども急病電話相談

受診するべきかどうか迷ったら、小児科医師・看護師への電話による相談ができます。

相談日：毎日 19時～翌朝6時

電話：

- ① プッシュ回線の固定電話、携帯電話 #8000
- ② ダイヤル回線、IP電話、光電話からは043-242-9939

平日夜間・休日の救急医療

○流山市平日夜間・休日診療所（流山市保健センター併設）

※子どもの健康保険証・子ども医療費助成受給券をご持参ください。

所在地：流山市西初石4-1433-1

電話番号：(04) 7155-3456

平日夜間診療		休日診療
診療日	月曜日～土曜日	日曜日・祝日・年末年始 (12/30～1/3)
診療科目	≪内科・小児科≫ 19時～21時	≪内科・小児科≫ 9時～12時 13時30分～17時 【受付】 9時～11時30分 13時～16時30分
診療時間	【受付】 19時～20時30分	≪歯科≫ 9時～12時 【受付】 9時～11時30分

夜9時以降に急病になった場合（15歳以下）

○夜間小児救急

所在地：流山市中102-1

電話番号：（04）7159-1011

診療実施病院：東葛病院（つくばエクスプレス「流山セントラルパーク駅」徒歩1分）

実施時間：毎日21時～翌日の午前8時



化学物質（たばこ、家庭用品等）等による中毒事故が実際に起きて対処に迷った時

○中毒110番

① つくば中毒110番

電話：029-852-9999

対応時間：24時間 365日

② タバコ専用電話

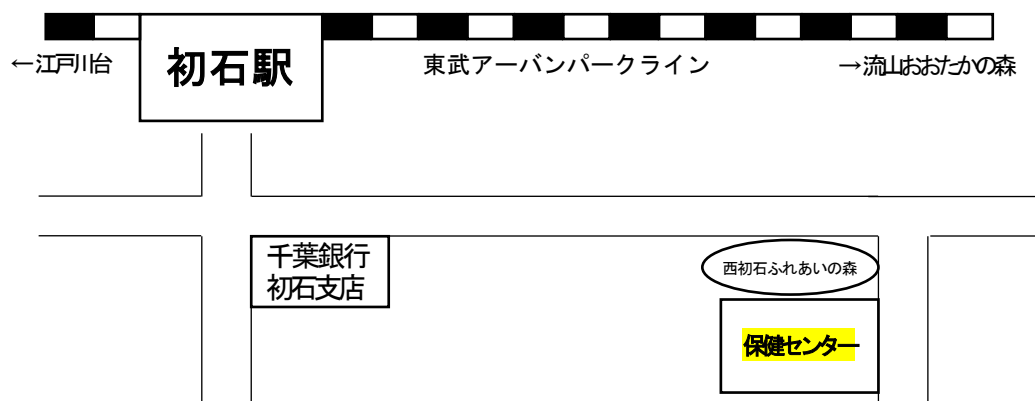
電話：072-726-9922（一般向け情報提供（テープ））

対応時間：24時間 365日

※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、事故の状況、現在の容態等をお伝えください。

緊急・重症の場合は、迷わず「119」番へ！

（流山市保健センター／流山市平日夜間・休日診療所案内図）



8 地域で子育てのお手伝いをしてみませんか？

ファミリー・サポート・センターとは・・・

育児の援助を行える人（提供会員）と援助を受けたい人（利用会員）が育児について、地域で相互援助することをお手伝いする組織です。

流山市ファミリー・サポート・センターで子育てをサポートする活動をしていませんか？提供会員は育児の援助を行う有償のボランティアです。おじいちゃん・おばあちゃんの力を是非、貸してください！

<活動例>

- ・ 保育施設等への送り迎え。
- ・ 保護者の外出の時や学校の放課後等に子どもを預かる。

<提供会員になるには>

- ・ 保育士等の資格は不要です。
- ・ 流山市内在住の方で健康、育児援助ボランティア活動（報酬あり）に理解と熱意がある方をお待ちしております。
- ・ 基礎研修会、普通救命講習会を受ける必要があります。

<報酬等の基準>

月～金曜日の6時～22時 700円／時間(子ども1人あたり)
土日祝日及び年末年始及び上記時間外 900円／時間(子ども1人あたり)

<提供会員の入会から活動までの流れ>

センターで会員登録（江戸川台ファミリー・サポート・センター又は
↓ おおたかの森ファミリー・サポート・センター）

研修会に参加

↓

ファミリー・サポート・センターのアドバイザーが援助依頼をし、
条件等の打ち合わせ

↓

活動開始

↓

活動報告書をセンターに提出

援助活動に興味がある方、やってみたいができるかどうか心配という方は、連絡先までお気軽にお問合せください。

連絡先

①江戸川台ファミリー・サポート・センター

住所：流山市江戸川台東1-4 江戸川台駅前庁舎1階

電話：(04) 7153-4151

開館時間：9時～17時

休館日：第2を除く土曜日、日曜日、祝日、年末年始 (12/29～1/3)

②おおたかの森ファミリー・サポート・センター

住所：流山市おおたかの森東1-2-1

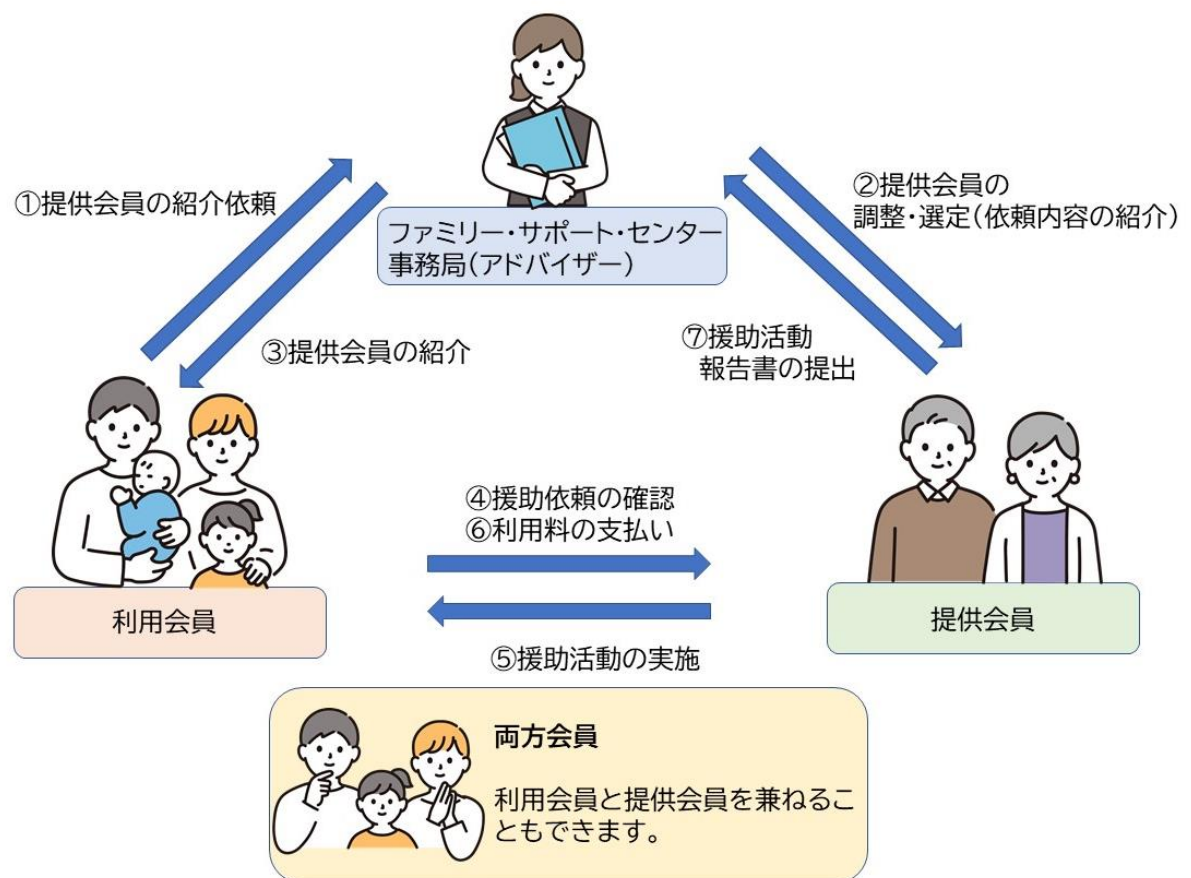
ライフガーデン流山おおたかの森3階302号

電話：(04) 7199-2282

開館時間：9時30分～16時30分

休館日：水曜日、第2・5土曜日、日曜日、祝日、年末年始

(12/29～1/3)



お孫さんのお誕生 おめでとうございます！

お孫さんの
誕生の記録

お 名 前 _____

生 年 月 日 _____

身長・体重 _____ cm g

お孫さんの写真を貼りましょう。



お孫さんが生まれたときの気持ちは？

お孫さんの成長について、写真や手形
を貼る等、ご自由にお使いください。

お孫さんの成長日記

A large, empty rounded rectangular box with a black border, intended for pasting photos or handprints.

発 行：流山市 子ども家庭部 子ども家庭課
〒270-0192
千葉県流山市平和台1丁目1番地の1
04-7150-6082
発行日：令和6年3月

都心から
一番近い
森のまち

流山市

Nagareyama City