

まご育て応援手帳



I. まご育て応援手帳とは？

II. 孫育てをサポートする
ときのポイント

III. 知っておこう！子育ての新常識

IV. 孫と遊ぼう

V. 熊取町の子育てに関する事業

VI. 図書館には孫育ての助けに
なる本がたくさんあります

VII. ちょっと助けてほしいときの
サポート事業

VIII. 緊急連絡先 休日・夜間診療所



2023年9月改訂



熊取町 すくすくステーション（健康福祉部 子育て支援課）

場所 熊取ふれあいセンター2階

電話 072-452-6294



I. まご育て応援手帳とは？



核家族化や共働き世代の増加、地域社会のつながりの希薄化など、子育ての状況は変化しています。このような状況の中、祖父母世代の力が期待されています。子ども（孫）にとっても祖父母の関わりで、愛情を受け情緒が安定し、社会性が生まれる利点が得られます。また、孫とふれあうことで祖父母も元気をもらえて、子どもや子育て世代などの交流が増える機会となります。

この冊子が皆様の孫育ての一助となりましたら、幸いです。

プロフィール

孫の名前 _____

生年月日 _____

体重 _____ g 身長 _____ cm

誕生した時の気持ち



II. 孫育てをサポートするときのポイント



祖父母世代の役割は、パパとママのサポーターです。
パパママ世代ができないことをサポートしましょう。

☺ **自分たちの子育てを振り返りつつも、最新の情報を得ながらサポートを。**

自分も楽しみましょう！

☺ **子育ての方針を聞こう！**

主役はパパとママ。どんな風に育てたいのか、まずは聞いてみましょう。

☺ **体力面に注意！**

頼られすぎて、どちらかに負担となるより、話し合ってみましょう。

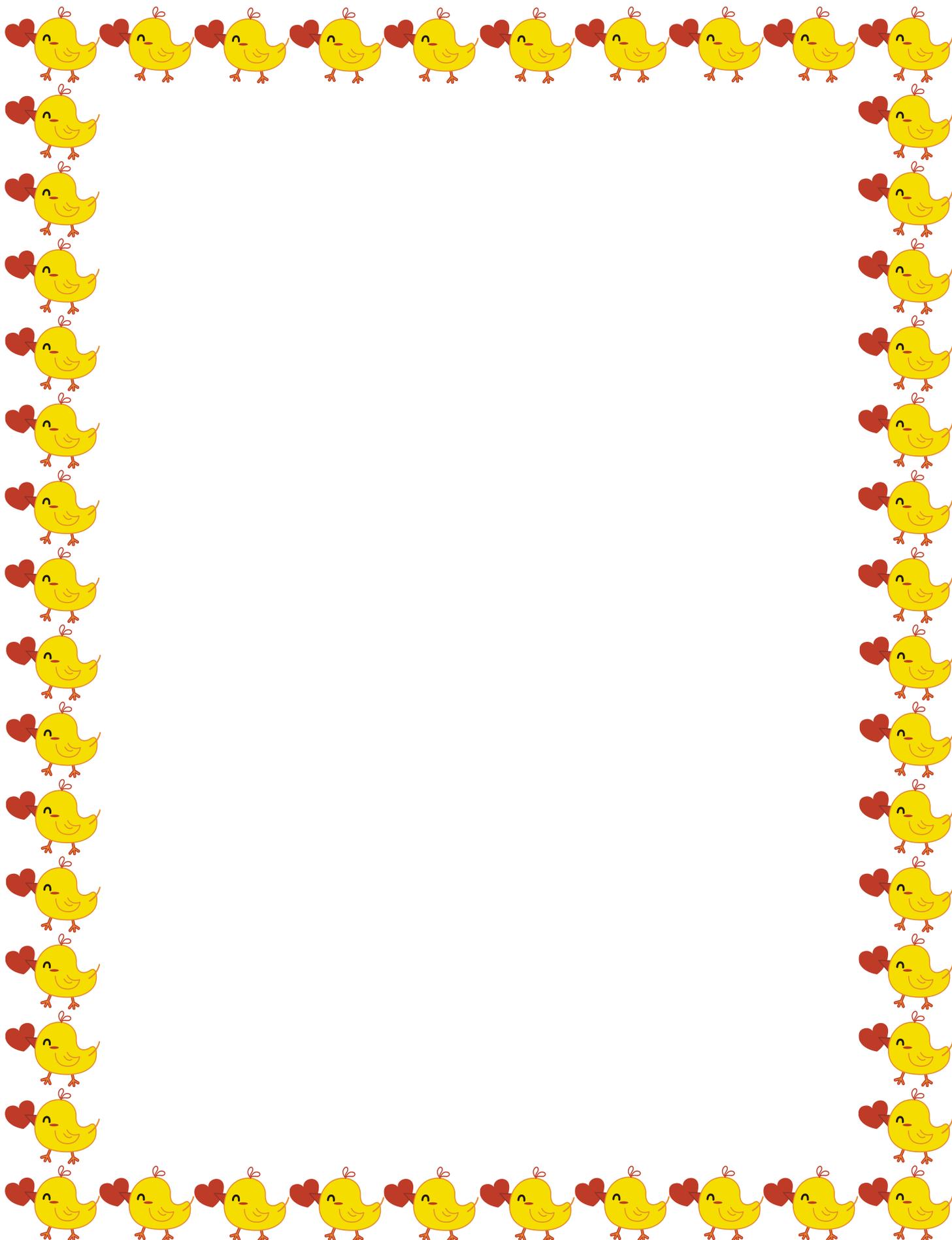
自分たちの世代のライフスタイルも大切に。

無理せずに、ときには地域のサポートを活用しましょう。

次のページにサポートするときの注意事項などをパパママに聞いて書いてね！



サポートの内容や注意事項をメモしましょう





ミルクとおっぱい

赤ちゃんの栄養の源は母乳またはミルクです。お母さんの状況によってミルクを活用しましょう！以前は3時間おきに与えるようにすすめられた母乳も、今は赤ちゃんが欲しがったら授乳します。



抱っこ

抱き癖は気にせず、赤ちゃんが泣いたらすぐに抱いても大丈夫！抱っこは、自己肯定感（“自分は大切にされる価値ある存在だ”と感ずること）や、人への信頼感など、心の成長を育てます。

水分の与え方

お風呂上りや帰宅時など、のどの渇きを潤すのも母乳またはミルク。その他の水分補給としては白湯やノンカフェインのお茶も使えます。イオン飲料は、基本的に必要ありません。



果汁

離乳開始前の赤ちゃんには、果汁は必要ではありません。与えるなら、離乳食を開始する5～6か月くらいから果物をすりつぶして、汁だけ与えたり、加熱して与えましょう。

離乳食

始める時期は、スプーンなどを口に入れても舌で押し出すことが少なくなる5～6か月くらいから大丈夫。

離乳食講習会に、一緒に参加してみませんか？
（7ページ参照）



むし歯予防

大人の持つむし歯菌をうつさないよう、赤ちゃん用のおはしやスプーンを用意し、大人との兼用はやめましょう。

外気浴

赤ちゃんを外の空気や温度差に慣らす目的で行います。紫外線が強い10～14時をさけ、直射日光を受けないように注意しましょう。



ベビーパウダー

粒子が細かいので、毛穴や汗腺にパウダーが詰まることがあります。沐浴後やおむつ替えの後でも特に必要はありません。使う場合はしっかりと水分を拭き取り、少量にしましょう。

寝かせ方

「うつぶせ寝」は避けましょう。乳幼児突然死症候群※や窒息から赤ちゃんを守るため、「あおむけ寝」がおすすめ！



※乳幼児突然死症候群（SIDS）とは・・・

それまで元気だった赤ちゃんが、事故や窒息ではなく睡眠中に突然死亡する病気です。原因はまだわかっていませんが、うつぶせ寝が、あおむけ寝に比べてSIDSの発症率が高いという研究結果がでています。

日本では、およそ6,000人～7,000人に1人の赤ちゃんがこの病気で亡くなっていると推定されています。生後2か月から6か月に多く、まれに1歳以上でも発症することがあります。



チャイルドシート

道路交通法により6歳未満の子どもは全員着用義務があります。新生児であってもチャイルドシートは必要です。バスやタクシーは着用義務が免除されます。

子どもの事故予防

「不慮の事故」が子どもの死亡原因の上位となっています。0歳では窒息が多く、1～4歳では交通事故や溺水が多くなっています。日々、成長するため昨日できなかったことができるようになるのが子どもです。視界に入るものに興味を持ち、好奇心のままに触ったり口に入れたりし、事故につながります。大人は事故にあわれないような環境を整備しましょう。



☀️ IV. 孫と遊ぼう！ ☀️

昔からの遊びや自然とふれあいながら楽しみましょう！

0才から

ボール遊び 絵本の読みきかせ 散歩など

～手遊び・歌遊び～

「いないいないばあ」「ずいずいずっころばし」

「あがりめさがりめ」「だるまさんにらめっこ」

など



3才くらいから

水遊び、花つみ、虫とりなど

お手玉 折り紙 あやとり ぬり絵

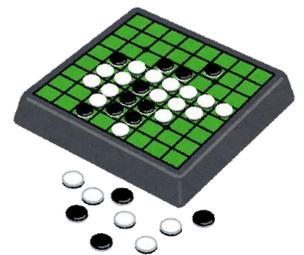
お絵かき など



5才くらいから

かるた 将棋 トランプ オセロ

ボードゲーム など





V. 熊取町の子育てに関する事業



熊取町で子どもと利用できる教室などをご紹介します。お孫さんやお父さんお母さんとの参加も大歓迎です！

☆開催日時は広報くまとりをご覧ください。

【熊取ふれあいセンターで実施している教室など】

離乳食講習会

離乳食のお話、簡単調理、試食もあります。お気軽にお越しください。

- 申込み:必要 ※保育はありません
- 持ち物:母子健康手帳、筆記用具、エプロン、抱っこひも(お持ちの方)、三角巾、家の汁物(あれば)
- 問い合わせ:すくすくステーション ☎452-6294

すくすく相談

子どもの健康のこと、子育てのこと、何でもご相談ください。

- 申込み:必要
- 持ち物:歯科相談希望の方は歯ブラシ
バスタオル
- 問い合わせ:すくすくステーション ☎452-6294

にっこり教室

小児科医や心理士など、子どもに関わる専門職が親子の元気づくりのための講座を年12回開催しています。

- 対象:0歳～未就園の子どもと保護者
- 申込み:必要
- 問い合わせ:すくすくステーション ☎452-6294

くまちゃん教室

0歳から未就園児の子どもをもつ親の学習会です。

- 申込み:不要
- 問い合わせ:すこやか推進グループ
☎452-6800

【保育所・幼稚園・子育て支援 NPO が実施している教室など】

対象：0～5歳の子どもと親、祖父母

保育所子育てひろば

園庭や保育室を開放しています。保育所体験もできます。

- 日時:5月から毎週水曜日10:00～11:00
(12月、3月の最終水曜日はお休みです。)
- 場所:町立保育所
- 申込み:不要(当日、直接お越しください。)
※電話相談は随時行っています。

園庭開放

保育園の園庭を開放しています。遊具で遊んだり、お母さん同士子育てについて色々お話ができます。

- 場所:
 - アトム共同保育園 ☎452-7112
 - つばさ共同保育園 ☎451-2535
 - さくらこども園 ☎452-0345
 - すみれ保育園 ☎453-3000
 - 西保育園 ☎452-1188
 - 熊取みどり幼稚園 ☎452-0447
- 申込み:各園に直接お問い合わせください。

フリースペース ひだまり

子育て中のお母さんお父さん、孫育てのおじいちゃんおばあちゃんが子どもと一緒に安心して過ごせる居場所です。ひとりで子どもとお家にいるのがちょっとつらいなという方もお待ちしております。

- 日程: 町ホームページをご覧ください。
- 場所: つばさ共同保育園
- 問い合わせ: つばさ共同保育園 ☎ 451-2535

こどもわくわくひろば

「こどもわくわくひろば(愛称)」は、親同士の交流、子ども同士がつながるひろば! そこで歌えば、そこで風を吸えば、そこで遊べば、もう元気がついて、おもしろい、わくわくするような「親☆子ひろば」です。

- 日程: 町ホームページをご覧ください。
- 場所: 西保育園
- 申込み: 西保育園 ☎ 452-1188

ごんたクラブ

子どもはごんた(やんちゃ)で大人を困らせる名人! ごんたな子どもに振りまわされながらも、大変で大切な子育て期を一緒に乗り越えていけるようなコミュニティーの場です。

- 日程: 町ホームページをご覧ください。
- 場所: アトム共同保育園
- 申込み: アトム共同保育園 ☎ 452-7112

ほっこりひろば

環境も各家庭で違いがあり、子どももそれぞれのペースがあります。参考にするのはいいけれど、あふれる情報に振り回されないで楽しく子育てできるような、ほっこりとするコミュニティーの場です。

- 日程: 町ホームページをご覧ください。
- 場所: つばさ共同保育園
- 申込み: つばさ共同保育園 ☎ 451-2535

あそび教室

元気一杯の子どもたちとさくらこども園でいっしょに遊びませんか? 制作遊びや親子のふれあい遊びを楽しみましょう!

- 日時: 園ホームページをご覧ください
- 場所: さくらこども園
- 申込み: さくらこども園 ☎ 452-0345

さくらちゃんのほっぺ

さくらこども園の2~3歳児と保育教諭が自由が丘公園に出かけ大型絵本や紙芝居を地域のみなさんと一緒に楽しめます。テーマに沿った遊びもしますのでお散歩ついでに寄ってみてください。

- 日時: 園ホームページをご覧ください。
- 場所: 自由が丘公園
- 問い合わせ: さくらこども園 ☎ 452-0345

つといの広場 “ぷらっつ”

手作りおもちゃや絵本、明るいスタッフに囲まれて、お互いさまで助け合い、ほっこりできる広場です。

- 日時:
毎週月・火・木・金 午前の部: 9:30~12:00
午後の部: 12:30~15:00

- 場所: 教育・子どもセンター内
- 問い合わせ: ぷらっつ ☎ 452-6834
(広場開設時間内のみ有効)

*日程については変更する場合があります。
ホームページをご覧ください。

であいのひろば

子どもの健やかな成長発達を願い、親子がつどって子育ての苦労や喜びを分かち合い交流できる広場です。祖父母の方のご参加もお待ちしております。

- 日時:
毎週月・火・木・金 午前の部: 9:30~12:00
午後の部: 12:30~15:00

- 場所: NPO 法人地域支援センターくまとりロンド
(五月ヶ丘1-5-2) ☎ 452-2214

*日程については変更する場合があります。
ホームページをご覧ください。

幼稚園で遊びましょう

手遊びや水遊び等を一緒に楽しみましょう!

- 日時: 町ホームページをご覧ください
- 場所: 熊取みどり幼稚園
- 申込み: 熊取みどり幼稚園 ☎ 452-0447
(2~3歳児と保護者、先着10組)



【熊取図書館で実施している教室など ☎451-2828】

マタニティー&ママ ♪ハッピーコンサート

子育て中に使える子守唄や童謡など、お腹の赤ちゃんと一緒に音楽を楽しみます。

- 日時: 広報をご覧ください。
- 対象: 妊娠中の方とご家族
- 申込み: 不要

あかちゃんの時間

わらべうた、絵本を親子で楽しめます。

- 日時: 毎月第1金曜日 午前11:00~11:45
(5月、11月は休み)
- 対象: 0~1歳(歩けるまで)の子どもと保護者
- 申込み: 不要

親子でリトミック

ピアノに合わせて親子で楽しく身体を動かします。

- 日時: 広報をご覧ください。
- 対象: 0歳の子どもと保護者向け
1歳の子どもと保護者向け
2歳以上の子どもと保護者向け
- 申込み: 不要

こぐまタイム

絵本や手遊びを楽しみます。

- 日時: 毎週土曜日
午前10:30~11:00
- 対象: 未就学児
- 申込み: 不要

かみしばいの会

- 日時: 毎月第1、3日曜日
午前10:30~11:00
- 申込み: 不要



【まちぐるみで子育て応援 ☎452-6814】

赤ちゃんの駅

~お出かけの際、気軽にご利用ください~

- 場所: 町内22箇所の公共施設や民間施設
目印は、施設入り口のステッカーです
- 内容: 外出中のおむつ交換や授乳の
スペースを施設内に設置
※大阪府内の赤ちゃんの駅もあり、
町HPで検索できます。



☀️ VI. 図書館には孫育ての助けになる本がたくさんあります！ ☀️

お母さん、お父さんがはじめての子育てなら、おばあちゃん、おじいちゃんもはじめての孫育て。まずは本で孫育ての心得やお母さん、お父さんの困り事を知りましょう。



「孫ができたから
まずは読む本」
宮本まき子／監修
NHK 出版



「祖父、ソフリエ
になる」
エガリテ大手前／編
メディカ出版



「孫育て一年生」
棒田明子／監修
KADOKAWA

他にも・・・

「じいじ、ばあばのための
孫育ての教科書」

井上淳子／著 PHP 研究所

「尾木ママの幸せ孫育てアドバイス」

尾木直樹／著 学研パブリッシング

「孫をめぐるおとなの作法」

毛利子来／著 ジャパンマシニスト社

「祖父母業 あなたが孫にしてあげられること」

ゴッドフリー・ハリス／著
メディアファクトリー

絵本の中にもみなさんと同じ孫育てをしている人も・・・

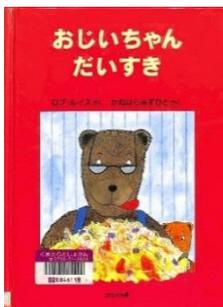


「おばあちゃんが
おばあちゃんになった日」
長野ヒデ子／作
童心社



「おじいちゃんのだいこうぶつ まご」
塚本やすし／絵
ふじしろはやと／文
朝日新聞出版

パパとママとは違ったおもしろいことを一緒に楽しめるのも祖父母の特権？！



「おじいちゃんだいすき」
ロブ・ルイス／作
ほるぷ出版



「おばあちゃんとおんなじ」
なかざわくみこ／作
偕成社



「ぼくとじいちゃんのハンバーグ」
吉村健二／作 藤本四郎／絵
フレーベル館

孫といっしょに楽しみましょう♪



「藤田浩子の
赤ちゃんのあやし
方・育て方」
藤田浩子／編著
一声社



「おじいちゃんの出番！絵本で楽しむ孫育て」
草谷桂子／著
大月書店



「また作って！と言われる孫ごはん」
本谷恵津子／著
世界文化社

他にも・・・

「おじいちゃんは遊びの名人」
「おばあちゃんは遊びの達人」
「新米おばあちゃんは遊びの達人」
多田千尋／著 ひかりのくに
「孫を100倍かわいく撮る」
GOTO AKI 木村文平／監修
祥伝社

「おばあちゃんの出番！
孫と楽しむ手の仕事」
田中周子／著
大月書店



たまにはママを娘に戻してあげることも



「あなたのママはね」
ケリー・ベネット／著
ディヴィッド・ウォーカー／画
岩崎書店

おじいちゃんおばあちゃんから孫に伝えていくこと



「おじいちゃんのおじいちゃんのおじいちゃん」
おじいちゃんのおじいちゃん
長谷川義史／作
ビーエル出版



「みらいへ」
草場一壽／作
平安座資尚／絵
サンマーク出版



「このあとどうしちゃう」
ヨシタケシンスケ／作
ブロンズ新社

この他にも絵本や図鑑などたくさん置いてあります！また一緒に参加していただける行事（9ページ）もありますので、ぜひ図書館へ遊びにきてください♪

Ⅶ. ちょっと助けてほしい時のサポート事業

産前産後ヘルパー派遣事業

すくすくステーション ☎452-6294

妊娠中又は出産後に体調不良等のために、家事や育児を行う事に支障がある世帯を対象に、家事や育児の一部を援助する産前産後ヘルパー派遣事業を行っています。

- 自己負担あり
- 事前に申請が必要

※詳しくはホームページをご覧ください。

ホームスタート事業

(家庭訪問型子育て支援事業)

研修を修了したボランティア(ホームビジター)が訪問し「話を聞く」「家事や育児と一緒にいる」などの活動を通し、妊婦さんやお母さん、お父さんの子育てを応援します。

ホームビジットとんとん ☎452-6824

一時預かり

保護者が用事などで保育できない時や、リフレッシュしたい時に、一時的に保育園で子どもを預かる制度です。

アトム共同保育園	☎452-7112
つばさ共同保育園	☎451-2535
さくらこども園	☎452-0345
すみれ保育園	☎453-3000
西保育園	☎452-1188

(事前に園にお問い合わせください)

産後ケア事業

すくすくステーション ☎452-6294

産後1年未満で体調不良や育児に不安などがある方は、母子の体調に合わせ、下記のサービスを受けることができます。

- ・母子のショートステイサービス(宿泊)
- ・母子のデイサービス(日帰り)
- ・母子の短時間デイサービス(2時間程度)

- 自己負担あり
- 事前に申請が必要

※詳しくはホームページをご覧ください。

ファミリー・サポート・センターくまとり

「ちょっと子どもを預かってほしい」など「子育てを手伝ってほしい人(依頼会員)」と「子育ての手助けができる人(協力会員)」を結ぶ会員組織です。会員になるには事前登録が必要です。

ファミリー・サポート・センターくまとり ☎452-6002

子育て短期支援事業

保護者の疾病やその他の理由により、家庭において児童を養育することが一時的に困難になった場合などに、児童養護施設等で一定期間養育を行います。

子育て支援課子育て支援グループ

☎452-6814



永楽ゆめの森公園

☀️ 思い出を自由に書きとめましょう ☀️





Ⅷ. 緊急連絡先



家族や親戚、孫のかかりつけ医、タクシー等、何かあったときにすぐに対応できるように連絡先を記入しておきましょう。



休日・夜間診療



【休日】※日曜日、祝日、年末年始の診療では、午前の診療状況により、午後の診察開始が遅れる場合があります。

機関名	所在地	電話番号	診療日	受付時間	診療科目
泉州南部 初期急病 センター	〒598-0048 泉佐野市りんくう往 来北1番地の825 (りんくうタウン駅よ り徒歩3分)	072-464 -6040	土曜日(祝日をのぞく)	午後5時30分～8時30分	内科・ 小児科
			日曜日・祝日 年末年始(12月30日～1月3日)	午前9時30分～11時30分 午後0時30分～4時30分	
			木曜日(祝日をのぞく)	午後7時30分～10時30分	小児科 のみ

【夜間】

泉州保健医療圏の輪番制による小児救急診療を行っています。

くわしくは町ホームページまたは、消防署(☎072-453-0119)にお問い合わせください。

【電話相談】

サービス	内容	電話番号	開設時間	費用
小児救急電話相談 事業	小児科医の支援体制のもとに看護師 が相談に応じます	#8000 また は06-6765-3650	365日19時から 翌朝8時まで	相談料は無 料、通話料は 相談者の負 担
救急安心センター おおさか	相談員・看護師が、医師の支援体制 のもと救急医療相談に応じます。	#7119 また は06-6582-7119	365日24時間	
大阪中毒 110番	化学物質や動植物の毒などの急性中 毒について情報提供しています。	072-727-2499	365日24時間	