



パパ
ママも
読んでね!

私たち『はぐくみ』
vol.6
hug
kumi

発行日／平成31年3月

発行

新潟市西区役所 健康福祉課

〒950-2097 新潟市西区寺尾東3-14-41

TEL025-264-7343 FAX025-269-1670

URL <https://www.city.niigata.lg.jp/nishi/>

企画・編集

hug kumi 編集委員会



じいじ
ばあばも
読んでね!

デキバキ

- hug kumi ご紹介(バックナンバー)
- 孫育てエッセイ
- 愛情も時間も“たっぷり”孫育てたっぷりまご育て
- お盆やお正月、たまに孫育て たまにまご育て
- わりきり? 合理的? 私たち流 まご育て
- はぐくみの窓
- みんなの知恵を集めたよ どうしてそ~なるの?
- 地域の未来に関わる たまご育て
- おじいちゃん、おばあちゃんだからこそ、伝えられること
- 大切な子どもを守るために 知っておこう! 子ども虐待
- 子育て相談窓口





わりきり？ 合理的？

私たち流 まご育て

①必要な物リストをメールやLINEで送ってもらう

九州から飛行機で帰省する息子たちから、帰省した時に必要なもののリストを送ってもらいます。チャイルドシートやバウンサー（子ども用の椅子）はレンタル。チャイルドシートは帰省中に車でお出かけてきて便利。荷物としてかさばるオムツやおしりふきは購入しておきます。

私たち流ポイント

息子夫婦の子育てを尊重し、今の時代にあった物を用意するようにしています。若い人と価値観が違って、興味を持って楽しんでしまいますよ。

私たち流ポイント

忘れていることもあるので、安全チェックリストをもらえると安心。私も仕事で忙しいので事前の連絡をもらえた方が不要な準備をせずに済みます。（アレルギーがある場合は食品リストもあると安心）

参考にしてね！



新潟市ホームページ

- 子育ての昔と今どんな違いがあるの？
- 子どもの安全チェックリスト

娘や息子に「今と昔の子育ては違う!!!」なんて言われたらショックかも。でもね、じいじ・ばあばが、親として一生懸命育ててくれたことは、娘や息子も感謝していると思いますよ。



②迷ったらパパやママに聞く

娘の子どもを、たのまれて預かっています。学童保育や保育園のお迎え、夕飯の準備、遊び相手、生活面での声かけ、病気有的时候には病院に連れて行ったり看病をしたりしています。勝手に判断せず迷ったときは必ずパパやママに聞くようにしています。そのまま孫の要望を聞くだけでなく、ダメなものはダメとはっきりと伝えて、よい関係を続けています。

③自分にできる範囲で孫育て

じいじ・ばあばも地域の仕事や趣味等があり、予定が入っているのに、孫を預かるためにキャンセルした！ということも聞きますよ。困っているのを助けたくて「私が何とかしなくちゃ」と思ってしまいがちですが、「今回はごめんね」ということで息切れしないサポートに繋がります。パパ・ママも一時預かりを利用する等、他の方法を考えることで選択肢が広がると思います。

大事なじいじ・ばあばが無理をして体を壊したり、不満がたまって関係が険悪になったら孫たちも悲しむよぉ～！みんなで「ホウ・レン・ソウ」※しましょう！

※ホウ・レン・ソウ
＝報告・連絡・相談

娘の子どもは春から保育園。私は娘夫婦の近所に住んでいます。先日もパパの飲み会の日に娘と孫がウチに泊まりました。翌朝帰りに、孫がウンチしたり暴れたりして予定の時間に出発できず、待っているパパに電話をすると「何で時間が守れないんだ!!」と怒鳴っていました。SNSにはいつも、笑顔の子どもと自分の写真をのせてイクメンぶりを書いて自慢しているパパに、ばあばは言いたい「いいとこどりしてんじゃねえよ!」。イクメンってなんですか？主体的に子育てしていれば、今まで通り、時間ぴったりにいかないことは分かるよね？
そんなパ



みんなの知恵を集めたよ

どうしてそ~なるの？

🎁 孫へのプレゼント編

デパートに行ったら、子ども服のバーゲン！バブル時代のじいじ・ばあばはバーゲンと聞くと血が騒ぐ。子育て時代を思い出し、子どもに着せたブランドやら、着せたかったデザインを物色、さぞかし喜ぶことだろうと渡したものの…

ママはにっこり笑って受け取ったけど、あの洋服を着たのを見たことがない。あの洋服はどこにいったのかしら？



- 私の着せたいデザインと違うから、「着ない箱」に入れてあります。少し経ったらネットで売っちゃおうと思っています。
- キャラクターがどーんと入っている服を子どもに着せると、私のセンスが疑われちゃうので、パジャマにしちゃいました～。
- もらったのは、ハレの日に着るような動きにくいシャツ。普段着にできないので写真を撮るようなときに着せようかな。

洋服が一番好みが分かれるようです。サプライズでプレゼントするのはやめた方がいいかも。みんなはどうしてる？

Good! じいじ・ばあばが、洋服を買ってあげたいときは、「これ着る？」とメール等で画像を送って、まず確認。

Good! パパ・ママは、買ってほしい洋服の画像にメーカー、サイズ等を添えてじいじ・ばあばに送って見たら？

Good! じいじ・ばあばからお金をいただいたときは、購入後に写真を見せて報告すると、喜んでもらえるよ！

🎊 お祝い事編

5月に初節句を迎える春早々にパパの実家から荷物が届いた。開けてみると立派な兜飾り。お正月に私(ママ)の実家に帰ったとき

に、両親が「初節句の人形を用意するからね」と楽しそうに話していたのに…。パパの実家から送られてきた事を実家に連絡すると、「こちらで予約していたのにどういことだ」と怒り出す始末。兜は、ありがたいけど素直にありがとうと言えない私です。



地域によって、初節句のお祝いの仕方は変わるので、サプライズで送るより事前に相談しましょう。折角のお祝い事なのだから、みんなニコニコで迎えてほしいですね。

Good! 子どもの入園、入学の際は両家ともお祝いをどうしようかと、楽しみに考えてくれたりします。ここは先手を打って、ランドセルはママの実家、洋服はパパの実家と振り分けてお願いして、みんなハッピー！



📖 モノより思い出編

義母は、保育士だったこともあり子どもが大好き。自分の子育ての体験談や客観的な子育ての話が聞けて、私は、どんなモノをもらうよりも助かります。実母は、定年



「モノ」だけではなく、「知識」や一緒に過ごした「思い出」も、ずっと心に残る素敵なプレゼントになるかもしれませんね。

Good! した今も働いていた頃のように色々買ってくれます。でも、モノを買うより一緒に遊びに行こう！と提案しようと思っています。

🕒 時間をかけると変わることもあるよ編

今はイライラしても、長～い目でみたら考え方も関係も変わるし、悪いことはばかりじゃないかもね。

じいじが、孫に10年間ガチャガチャを買い続けています。そのお金を合計したらディズニーランドに遊びに行けたのに！と考えてしまいます。



Good! じいじは、何でも言うことを聞くものだから息子とは仲良し。その息子が高校生になって介護状態になったじいじを優しく介助しているのを見ると、じいじと孫の甘い関係も悪くなかったのかなって思います。

夫の実家は正直避けてきました。でも、3人目も生まれ、自分のためにも上の子どもたちをあえて遊びに行かせるようにしたら、子どもたちも楽しそうだし、何より自分が助かって関係も良くなりました。

遊びも人間関係も変化するよ



Good! 赤ちゃんの時は気が乗らなくても、子どもの成長や生活の変化と共にじいじ・ばあばとの関係も変わることもありますよ。子育てに沢山の関わりがあることで、子どもも私も豊かに成長できていると思います。

📶 離れても、近くに住んでいてもコミュニケーション

子どもの成長や、普段の生活の様子を共有。お互い親しみも感じ、会ったときに会話しやすいよね！

📺 無料のテレビ電話

子どもの様子をスマホやタブレットの無料のテレビ電話を利用して見えています。「ばあばだよ～」と話しかけると「ばあ」と反応が返ってきます。



📷 写真共有アプリ



無料のアプリをダウンロードして、共有(パパ・ママ・じいじ・ばあば)して使っています。写真だけでなく動画も送れるし、感想のやり取りで楽しんでいます。

📁 簡易アルバム



写真を撮ったものを簡単にアルバムにしてくれるサイトやアプリを利用しています。スマホが使えない両親にプレゼントしたら喜ばれました。

地域の未来に関わる たまご育て

他人の孫を「たまご」っていうんだって。
やりがいを持って地域の子育てに関わっている
お二人にインタビューしてきました！



新潟市在住
脇本 和敬 さん
(70代)
孫はいません。娘と息子の子育てに積極的に関わった経験あり。

出会いで世界が広がった。

- きっかけ
退職後シニア研修に参加。子育て応援施設ドリームハウスに見学研修に行った際、子どもとふれあう姿を見たスタッフに声をかけられ、シニアボランティアとして参加することに。
- やりがい
期待して待っていてくれる人がある嬉しさ、人生まだまだ勉強！と思えることがやりがい。0歳から100歳近い人たちとの出会いがあり、仕事をしていた時より世界が広がりました。ボランティアは仕事ではないので、無理をし過ぎず、自分なりの関わり方で楽しく続けています。退職後、ゴルフなど趣味を楽しむ人も多いけど、遊びはたまにだから楽しいんじゃないかな？ 仕事をしていた頃と変わらない仲間や世界しか知らないなんてもったいない!! まだまだ人生長いんだから、子どもたちから刺激をもらい、自らも一緒に楽しめば、世界が広がるよ！
<子育て応援施設ドリームハウス／いいがたっ子☆スペースくろさき／ツインストリップカフェ／小学生放課後キッズランド／(運動推進員) デイサービス／地域の茶の間で活動中>



新潟市在住
奥山 優子 さん
(70代)
孫がいます。子どもに関わる塾の仕事経験あり。

元気をもらっています！

- きっかけ
ボランティアにもともと興味が有り、退職のタイミングで子育て支援講座を受講し「スペースくろさき」を知りました。*スペースくろさき
- やりがい
若いお母さんたちとの会話や、エネルギーに満ち溢れた未来ある子どもたちから元気をもらえます。幅広い年齢のスタッフ仲間も増えました。自分の孫育ての自信になりましたし、孫育ての経験があるからお母さんたちに寄り添うこともできます。生活に張り合いがでて、若々しくいられます。体を動かすので、楽しく老化防止になっていますよ。
<いいがたっ子☆スペースくろさき／小学校で絵本の読み聞かせボランティアとして活動中>

「たまご育て」してみませんか？

閲覧板で
まめに情報
チェック！

子ども食堂で、子ども
たちと一緒にご飯を
食べるところから
スタート

西区社会福祉協議会の
ボランティア・市民活動セ
ンターに問い合わせる
TEL.025-211-1630

おじいちゃん、おばあちゃん だからこそ伝えられること

NPO法人ファザーリング・ジャパン理事
NPO法人孫育て・ニッポン理事

村上 誠



自己肯定感を高める子育て孫育て

子どもの自己肯定感を育むには、他の子と比べたり結果で評価せず、ありのままを受け入れてあげることが大切です。無条件に愛情を注げるのはじいじ・ばあばの特権。「自分は価値のある存在だ」「自分は必要とされている」と肯定できるようにいっぱい可愛がってあげましょう。
子育てに自信を持たず仕事との両立に悩むパパママにも寄り添ってあげてください。褒める育児をしたくても自身が褒められた経験に乏しいパパママたち。今どきの子育てや働き方を否定せず、親として子育ての先輩として認めて、頑張りを褒めてあげて。パパママの自己肯定感が高くなれば、孫にもいい影響があります。

孫と一緒に五感を刺激する体験を

テレビやスマホ、ゲームといったデジタル漬けの今どきの子どもたち。じいじ・ばあばはアナログで五感に刺激を与える関わりを心がけて。孫のペースにあわせて一緒にのんびりお散歩して、道端に咲く花や虫を観察したり、

●プロフィール

村上 誠

3世代同居、2児の父。実母の介護を機にワーク・ライフ・バランスを見直し、育児と介護のダブルケア、妻の産後職場復帰・両立・キャリア支援のため兼業主夫となる。父親の育児・家事参画、夫婦関係、孫育て、地域での子育て支援など幅広い家族・育児テーマを取り扱い、全国で講演活動やイベントに出演。



土いじりや自然体験もいいですね。コマ回し・竹馬・お手玉など手先の感覚や体幹を使った昔遊び・伝承あそびを童心に返って一緒に楽しみましょう。将棋・囲碁・かるたなど昔取った杵柄を披露するもよし、日本の文化や伝統を次世代に伝えて下さい。

孫の心を育くみ、夢を応援！

昔ばなしの登場人物はお爺さんお婆さんが多いですね。その大きな理由は、親が働きに出ている間に祖父母が孫の世話をしてお話を聞かせていたから。自分に近い目線の話が好まれて伝承されてきたのです。昔ばなしに書かれているのは善悪や道徳、礼節などが主なテーマ。お話の主人公はお爺さんお婆さんのもとですくすく育てて大志を抱き、世に出て活躍をします。今どきのじいじ・ばあばも孫の心の成長に関わり、孫の夢を応援してあげましょう。



オレンジリボン運動
「オレンジリボン運動」は
子ども虐待防止の
シンボルマークです。

——— 大切な子どもを守るために ———

知っておこう！子ども虐待



身体的虐待

なく け たた 殴る、蹴る、叩く、投げ落とす、激しく揺さぶる、やけどを負わせる、溺れさせる、家の外にしめだす など

性的虐待

子どもへの性的行為、性的行為を見せる、ポルノグラフィの被写体にする など

ネグレクト

乳幼児を家に残して外出する、食事を与えない、ひどく不潔にする、自動車の中に放置する、他の人が子どもに暴力を振るうことを放置する など

心理的虐待

言葉による脅し、無視、きょうだい間での差別的扱い、子どもの目の前で家族に対して暴力をふるう(DV) など

乳幼児揺さぶられ症候群 — 赤ちゃんを激しく揺さぶらないで —

おむつを替えても、授乳をしても、抱っこをしても・・・何をやっても泣きやまないことが赤ちゃんにはあります。そんな時、赤ちゃんを激しく揺さぶると、頭(脳や網膜)に損傷を受け、重い障害が残ったり、命を落としてしまうこともあります。どうしても泣きやまない時は赤ちゃんを安全な場所に寝かせ、その場を少しの間でも離れ、まずは自分をリラックスさせましょう。

詳しくはこちら



子どもを健やかに育むために — 愛の鞭ゼロ作戦 —

子育てにおいて、しつけと称して、叩いたり怒鳴ったりすることは、子どもの成長の助けにならないばかりか、悪影響を及ぼしてしまう可能性があります。次のポイントを心がけながら、子どもに向き合しましょう。

- ①子育てに体罰や暴言を使わない
- ②子どもが親に恐怖を持つとSOSを伝えられない
- ③爆発寸前のイライラをクールダウン
- ④親自身がSOSを出そう
- ⑤子どもの気持ちと行動を分けて考え、育ちを応援

詳しくはこちら



虐待を受けたと思われる
子どもがいたら・・・

ご自身が出産や
子育てで悩んだら・・・

子育てに悩む
親がいたら・・・

児童相談所や市区町村の相談窓口にご連絡ください。

あなたの1本の電話で救われる親子がいます。

●連絡・相談は匿名でもできます。●連絡者や連絡内容に関する秘密は守られます。

いち は や く
189 児童相談所全国
共通3桁ダイヤル

お住まいの地域の児童相談所につながります。
※一部のIP電話からはつながりません。

西区健康福祉課
こども支援係

025-264-7343

※月～金 8:30～17:30

子育て相談窓口

子育ての不安や心配事は、ひとりで悩まずお電話ください。

相談窓口 西区健康福祉課に相談する



相談先がわかる場合

保育園

児童手当

児童福祉係

025-264-7340

健診

予防接種

妊娠・出産

妊娠・子育て
ほっとステーション

<健康増進係>

025-264-7423

相談先に迷ったら

こども支援係

025-264-7343

まずは
お電話ください



相談員

相談窓口 子育てなんでも相談センター きらきらに相談する

子育て相談の流れ

①電話する。

相談ダイヤル **025-248-2220**
(電話受付 平日8:30～17:15)

メールでも受けています。

✉kirakira3@syakyo-niigatacity.or.jp

②お話を伺います。

★一緒に考えます。

★必要な情報をお伝えします。

★相談内容によっては専門機関へおつなぎします。



イヤイヤ期の対応で、ママが子育てに自信を失くしている。祖父母としてどんなサポートができるだろうか。

孫がお座りできるようになったが、ハイハイをしない。私の子育ての経験上、ハイハイをしないと歩けないと思っている。何か障がいがあるのだろうか。でも、ママには言えないわ。



里帰り中に予防接種の時期がくるが、住民票は県外。新潟市内で接種できますか？