



ふなばし
孫育て
ナビゲーション



船橋市

目次

- ✦ はじめに ふなばし孫育て …………… 1
- ✦ 孫育ての心得10か条 …………… 2
- ✦ 祖父母とのおつきあい10か条 …………… 3
- ✦ 知っておきたい孫育て情報
 - 産前産後 …………… 4
 - 赤ちゃんのお世話 …………… 6
 - 現代の子育て背景 …………… 8
- ✦ ⚠️お孫さんを危険から守るため知っておこう …10
- ✦ 地域の中で祖父母世代の力を！ ……………12

この冊子は令和7年3月の情報をもとに作成しているため、
掲載時点から内容が変更となっている可能性があります。

はじめに ふなばし孫育て

「こどもの笑顔が輝き、
生き生きと子育てできるまち・ふなばし」を目指して

こどもが豊かに成長するためには、保護者を社会で支え、応援することが大切です。しかし、現代は核家族化、地域のつながりの希薄化など社会情勢の変化から、子育て家庭の不安や孤立感が増しているといわれており、子育てを取り巻く環境は大きく変化しています。

こうした中、子育て世代を温かく見守り、サポートし、がんばりを認めてくれる「**祖父母世代の力**」が、子育て世代から求められています。ぜひ、家族や地域の中で豊かな人生経験を活かし、次世代を担うこどもたちの支えになってください。

祖父母世代の力により、子育て世代が助けられ、こどもたちも多くの人と関わることでたくさんの愛情を感じ、さまざまな経験ができるでしょう。

祖父母世代・子育て世代の方の円滑なコミュニケーションのためこの冊子がお役に立ち、子育てに温かい社会づくりに繋がれば幸いです。

船橋市役所 こども家庭部 こども政策課

子育て世代の声、祖父母世代の声から生まれた「孫育て 10 か条」

「祖父母とのおつきあい 10 か条」をご紹介します。

●孫育ての心得10か条●

1. 育児の主役はパパ・ママ、祖父母はサポーター
2. パパ・ママの話を聞く
3. 今と昔の子育ての違いを知る
4. とがめるより、補う
5. 他の子、親と比べない
6. 手、口、お金は出しすぎず、心と体力にゆとりを！
断る勇気も持とう
7. 「ありがとう」「ごめんなさい」を言う 親しき仲にも礼儀あり
8. 孫のほめ役、夢の最強応援団になる
9. 自分のライフスタイルも大切に
10. 老いていく姿を見せる

出典 NPO 法人 孫育て・ニッポン

育児の責任や主導権はあくまでもお孫さんの保護者にあります。

育児の方針を聞き、手伝ってほしいこと・してほしくないことを確認しておくとよりよい関係が築けるでしょう。

子育てに悩んだとき、話を聞いて共感してほしいということもあるかもしれません。

お孫さんが成長するほど、祖父母は高齢になります。体力に合わせ、サポートする範囲を見直すことも必要です。また身近な人が老いていく姿を知ることは、命や思いやりについて学ぶことにもつながるでしょう。

子育て世代の方も是非ご一読ください。

お互いの配慮が大切です。

●祖父母とのおつきあい10か条●

1. 祖父母を頼りすぎない
2. 「ありがとう」「ごめんなさい」を言う。親しき仲にも礼儀あり
3. 育児方針、してほしくないことを祖父母に伝える
4. 祖父母のタイプを見極める
孫とあまり関わりたくない祖父母もいる
5. 今と昔(祖父母世代)の子育ての違いを知る
6. 預けた時は、文句を言わない
7. お金をもらったら、口と手がついてくる
8. 孫の扱いは、決して平等にはならない
9. 祖父母の生活、年齢、体力を気にかける
10. 子どもの祖父母を敬う気持ちを育む

出典 NPO 法人 孫育て・ニッポン

お子さんを祖父母にかわいがってもらったり、預かってもらえる環境を当たり前のもと思わず、感謝の気持ちを持つこと、求めすぎないことが大切です。

アレルギーなど体質にかかわることや、育児の方針として、してほしくないことはしっかり伝える必要もあります。

お子さんのために、コミュニケーションをとりましょう。

また祖父母がいつまでも元気とは限りません。

祖父母世代を労わることで、お子さんも高齢者への接し方を学びます。

お孫さんが生まれたときや預かることになったとき…

知っておきたい現代の子育て情報

祖父母が現代の育児方法に合わせてくれたので、
世代間ギャップは感じなかった。

(祖父母世代との関わりについてのアンケートより)

☑ 産前産後

つわりの時や産後の大変な時に、身の回りのお世話をしてもらったり、
上の子を預かってもらって助かったという子育て世代が多いようです。
しかし、祖父母の突然の訪問で生活リズムや予定が崩れるということも
あるようです。

✧✧ 出産～産後 ✧✧

- ✧ 産後に休息ができるよう、入院中のお見舞いは短めに。
- ✧ 退院後も、訪問時は事前に相談するなど配慮するとよいでしょう。
- ✧ 急激なホルモンの変化により、感情が不安定になりやすい時期です。
配慮を心がけましょう。

✧✧ 里帰り出産を受け入れる場合 ✧✧

- ✧ 期間、移動方法、準備しておくものを確認しておく。
- ✧ 家の中に危険なものはないか整理する。
- ✧ 上の子も預かるときは年齢に合わせて安全対策する。

✧✧ 手伝いに行く場合 ✧✧

- ✧ 台所や育児グッズの場所をわかりやすく置いてもらう。
- ✧ 上の子のお世話を頼まれたときは生活習慣や好きなものを聞いておく。

❖❖その他❖❖

- ❖ お金に関わるルールを決める
(育児用品の立て替え、食費、交通費など)
- ❖ 上の子の気持ちに寄り添ってあげましょう。
- ❖ 家に入ったとき、食事の前、おむつ交換後等は手洗い・うがいなどをし、衛生面に気を付ける。

❖❖産後の手伝いができないときは・❖❖

実家で出産後の手伝いやお世話ができない場合もあるでしょう。
そのような時は、以下のサービスを紹介してみてもはいかがでしょうか。

❖産後ケア事業❖

出産後、家族等から十分な支援が受けられない母子や、心身の不調、育児不安がある方を対象に、母体ケア・新生児ケアや育児指導などを行う産後ケア事業が普及してきています。各自治体により利用の条件や申請方法、自己負担額などが異なります。

詳しくは妊産婦の住民票のある自治体のホームページをご覧ください。

❖さざんかホームヘルプサービス❖

在宅での日常生活を営む上で支障がある妊産婦(船橋市在住・妊娠中又は出産後1年以内)が利用できます。

- ・援助内容・掃除、洗濯、買い物、食事準備・片付けなど
(こどものお世話の援助は行っていません)

お問い合わせ:公益財団法人船橋市福祉サービス公社

TEL 047-420-7192

詳しくはこちらから➡



❖保育園・認定こども園 一時預かり事業❖

出産の前後に上の子の一時預かりをご利用いただけます。

申込みは一時預かり実施園で直接受付しています。

詳しくはこちらから➡



☑ 赤ちゃんのお世話

社会の変化の影響を受けたり、研究が進んだり、便利な製品が作られたりと育児方法は変化していきます。新しい情報を柔軟に取り入れていくとよいでしょう。



現在は紙おむつが一般的になり、性能も上がっています。

昔は 1 歳を過ぎたころからおまるでおむつ外しを始めましたが、今はこどもの発達に合わせてパンツへの移行をしています。

パパやママから相談されたら「焦らなくても大丈夫。いつか外れるよ。」と声をかけてください。



昔は抱き癖がつくと手がかかるといわれていました。

赤ちゃんが求めたとき、泣いたときはしっかり抱いてあげましょう。抱っこされることで心が安定し、情緒豊かに成長します。

こどもの状態、大人の身体への影響など状況に応じておんぶ紐、抱っこ紐を選びましょう。



赤ちゃんは新陳代謝が活発なので、体調に考慮しながら「大人より1枚少なく」が目安です。通気性、吸水性など機能性を考慮して選びましょう。



水分補給

昔は母子健康手帳にも果汁を与えることが記載ありましたが、現在はありません。

離乳食開始後も、母乳やミルクから水分を取っています。湯冷ましや赤ちゃん用の麦茶は、無理に与える必要はありません。与える場合には、母乳やミルク量に影響のないよう、少量にします。



食事

離乳食は5～6か月頃から赤ちゃんのペースで焦らず始めましょう。また、完了時期は12～18か月ですが、離乳食の進み方には個人差があります。

食物アレルギーの発症を心配して特定の食材の開始を遅らせても、予防根拠はないといわれています。鶏卵・牛乳・小麦は、月齢に合わせて体調の良い時に、少量から始めます。

△ ハチミツやハチミツ入りの飲料・お菓子は、乳児ボツリヌス症を引き起こすリスクがあるため、1歳を過ぎるまでは与えません。

(参考:授乳・離乳支援ガイド 厚生労働省)

△ 大人がかみ砕いたものを与えたり、食器やスプーンを共有するとむし歯菌などを与えることになるのでやめましょう。

むし歯菌は周囲の大人の唾液を通して感染します。

△ 食物アレルギーが疑われる症状がみられた場合は、自己判断せず医師に相談しましょう。

✓現代の子育て背景

子育ての考え方や方法も、時代とともに変わっていきます。祖父母の時代とは違う背景があることを理解してあげるとよいでしょう。

●育児と仕事●

共働きや男性の育児休業が増えています。船橋市が行った調査によると、子が就学前の母親の5割以上がフルタイムで、パートタイムなども含めると約7.5割が就労しています(育児休業中等含む)。

母子健康手帳交付者の調査では、育児休業を取得したいと考える父親は年々増加していますが、経済的理由だけでなく、周囲の雰囲気や仕事の忙しさから取得できなかった男性も多いようです。

●メディアとのかかわり●

昔もテレビやゲーム時間の悩みがあったことでしょう。現代はインターネット、スマートフォンなどの利用の悩みも加わっているようです。

スマートフォンは孫と祖父母がビデオ通話したり、母子健康手帳アプリや病院予約なども利用でき便利な道具ですが、使い方には注意が必要です。

❖ 大人が画面に夢中になり、こどもの危険に気が付かない、話を聞いていない、とならないよう、まずはお手本となる使い方をしましょう。

❖ こどもが成長するまでは大人の管理が必要です。ルールを決めて祖父母も協力し、正しく活用させるようにしましょう。

❖ お孫さんの写真を勝手にインターネット上に投稿しない、大人の端末を貸すときはフィルタリング機能を使用する事などに気を付けましょう。

※フィルタリングは青少年に不適切な情報などへのアクセスのトラブルからこどもを守るツールです。

●しつけについて●

祖父母は、日々の子育てに奮闘している保護者より、余裕をもって孫をかわいがり、ほめてあげられることもあるのではないのでしょうか。可愛くて仕方なくても、甘いものを与えすぎたり、おもちゃを買いすぎたりしないよう、保護者の方針を確認しましょう。

日頃からお孫さんを預かる機会が多い場合は、社会のマナーを教えたり、他人に迷惑をかけたときなどには叱る必要も出てくるでしょう。ただし、たたいたり、大きな声で怒鳴ったり、こどもの心を傷つける暴言を吐いたりしてはいけません。

2020年から体罰は法律で禁止されました。

体罰が効果があるようにみえても、こどもは恐怖から行動しているだけで、心身の発達などに悪影響を及ぼしてしまう可能性もあります。

●発達の悩み●

発達に課題がある児童が増えているといわれています。発達障害の診断基準が変更され、昔は見過ごされていたケースでも発達の特性として支援されるようになったこと、発達障害が広く知られ、相談件数も増えていることなどの要因があるようです。

❖ 早めに特性に気づき、適切な支援を行うことで、成長を促していくことができます。心配なことがあれば相談してください。

こども発達相談センター TEL 047-409-1754



❖ こどもが問題行動を起こしているのは、「親の愛情不足」や「しつけができていない」からではなく、発達の特性がある可能性もあります。保護者を責めるのではなく、まずは特性についての理解をお願いします。

△お孫さんを**危険**から守るため知っておこう

窒息・誤飲の事例・・・3歳児の口の大きさは約4cm

ナッツやあめ玉、ミニトマト、こんにゃくゼリーなどの食べ物や
スーパーボール、硬貨など身近なものの誤飲に注意！



電池、タバコ、薬、洗剤などは

体内に入るだけで危険！速やかに受診を！

対処に迷ったら医療機関などに相談を！

ふなばし健康ダイヤル 24 TEL 0120-2784-37

こども急病電話相談(19時～翌8時) TEL #8000

(ダイヤル回線・IP電話からは TEL 043-242-9939)

のどに物が詰まっている場合→ただちに救急車を呼ぶ。救急隊が来るまでの間、応急処置で詰まった物を吐き出させる。TEL 119

出典 政府広報オンライン「赤ちゃんやこどもを誤飲・窒息事故から守る！万一のときの対処法は？」

(<https://www.gov-online.go.jp/article/202408/entry-6450.html#secondSection>)

乳幼児突然死症候群(SIDS)

SIDSは睡眠中に起こります。うつぶせ寝、あおむけ寝のどちらの体勢でも起こっていますが、あおむけに寝かせたほうが発症率が低いことが研究でわかっています。医学上の理由でうつぶせ寝を勧められている場合以外は、赤ちゃんの顔が見えるあおむけに寝かせましょう。睡眠中の窒息事故を防ぐ上でも有効です。

タバコ

タバコは、特に妊婦やこどもの健康に悪影響を与えます。



別の場所で喫煙をしても、吐く息にたばこの成分が残ります。喫煙した人の服や髪の毛等に有害物質が付着したまま、こどもがいる部屋に持ち込まれます。ソファーやカーテン、カーペット等に付着した有害物質をこどもが吸い込み、受動喫煙が起こります。

お孫さんのために禁煙にチャレンジしませんか？



熱中症

近年 5 月ごろから熱中症が発生しています。

こどもは体温調節機能が未発達で、背が低く地表からの熱を受けやすいため特に注意が必要です。

予防のためには水分補給、涼しい場所が大事です。

- ❖ 暑い日の外出時は帽子をかぶり、涼しい服装で
- ❖ 塩分・水分補給できるものを持っていく
- ❖ ベビーカー用冷却シートなどを用意、熱がこもらないようにする
- ❖ 屋内でも室温に注意する
- ❖ 冷たい濡れタオルで身体を拭き太い血管のあるところを冷やす
(わきの下、首のまわり、太ももの付け根など)

タオルを巻いた保冷剤でもOK!

熱中症かもしれないとき・・・涼しい場所へ移動、衣服を緩める、冷たいペットボトルをわきの下などにあて体を冷やす

意識障害がみられたらすぐ救急車を！ TEL 119

お出かけするときの注意

車で出かけるとき・・・必ずチャイルドシートを使用する。

絶対に車内にこどもだけを残さない。

ベビーカーを使用するとき・・・シートベルトを締める。

家の中の安全対策

- ❖ テーブルクロスはしない
- ❖ ストープの前に柵をする
- ❖ ベランダから落ちないように踏み台になるものを置かない
- ❖ 包丁やかみそり等危険なものがある扉は開かないようにする
- ❖ 浴槽や洗濯機に水を入れたままにしない
- ❖ 家具の転倒や落下物でケガしないよう地震対策をする



地域の中で祖父母世代の力を！



実家が遠方だったり、体調が悪かったりと、日常的に祖父母に孫育てを手伝ってもらえる家庭ばかりではありません。

知らない土地に来て、まだ知り合いもなく孤独や不安を感じながら子育てしている家庭もあります。

そんな中、地域の祖父母世代の方に助けられた、という声も届いています。

また、地元のお祭りやスクールガードなど地域の活動で、祖父母世代の力は地域の孫育てに必要とされています。

お孫さんがいらっしゃる方も、いらっしゃらない方も、子育て家庭に応援をお願いいたします。

こどもに挨拶をしてくれたり、話しかけてもらった。育児をほめてくれてうれしかった。

こどもがぐずっている時や荷物を運ぶときなど外で困っている時に助けてもらった。

地元のお祭り等、こどもが参加できる地域の行事を開催してくれる。

(祖父母世代との関わりについてのアンケートより)

温かい心をありがとうございます

もし余力があれば、ぜひ地域の子育てをサポートする活動に参加してみてください。



ふなばしファミリー・サポート・センター



「子育てのお手伝いをして欲しい人」と「子育てのお手伝いをしたい人」が会員となり、地域で助け合う会員組織です。送迎や託児などを行います。

お問い合わせ TEL 047-420-7192

E-mail funabashi.famisapo@ffsk.or.jp



スクールガード



こどもの不審者被害を抑止することを目的として、登下校の時間帯を中心にこどもを見守るボランティア活動です。活動地域の小学校で参加を受け付けています。活動はできる範囲でお願いしています。

お問い合わせ 教育委員会保健体育課 児童・生徒防犯安全対策室

TEL 047-436-2876



子ども食堂



主にこどもや親子に無料または安価で食事を提供する場です。

善意で提供された食材等を元に食事を提供し、こどもたちの居場所や多世代交流の場にもなっています。

お問い合わせ ふなばし食堂ネットワーク

詳しくはこちら➡



E-mail info@funabashi-kodomoshokudou-nw.org

船橋市のお孫さんと遊べる施設

機会があればお孫さんとぜひ足をのばしてみてください。
(月曜日や祝日が休館となる施設もあるので事前にお調べください。)

児童ホーム



市内に 21 館ある子どものためのあそび場です。
休館日：月曜日・祝休日・年末年始(12月29日～1月3日)
※月曜日が祝日の場合は翌日も休館

子育て支援センター



就学前のお子さんと保護者が遊べる施設です。
いつでも遊べる環境に加え、子育てに役に立つ講座も
開催しています。子育ての相談もできます。

★船橋市南本町子育て支援センター

住所：南本町 10 番 1 号 ☎ 047-434-3910

★船橋市高根台子育て支援センター

住所：高根台 2 丁目 1 番 1 号 ☎ 047-466-5666

休館日：日曜日・祝休日・年末年始(12月29日～1月3日)

子育て世代にはこちら →
「ふなばし子育てナビゲーション」

