

# まごころ育児



## ～おじいちゃん・おばあちゃんへ～

育児の大先輩であるおじいちゃん・おばあちゃん。パパ・ママ、お孫さんにとって、とても頼りになるサポーターです。家族がお互いに寄り添いながら助け合えるよう、「まごころ育児」を活用していただきながら、育児サポートの準備をしてみませんか？

## 1 多くの手で子を育てることにメリットがあります



孫

- ・会話がたくさん行き交い、経験が豊かに。ことばや社交性が育つ。
- ・家族にゆとりができ、ゆったりと接してもらえるため、情緒面が安定する。



父母

- ・体も心も余裕をもって育児ができる。
- ・仕事がしやすくなる。
- ・育児経験者から育児のコツを学べ、安心できる。



祖父母

- ・孫の日々の成長、かわいいしぐさに癒される。
- ・育児だけではなく、手助けが必要な時に、家族がお互いにサポートできる関係が築ける。



## 2 特に気を付けたいポイントを確認しましょう

### ◆ 子どもの目線で安全な環境を整えましょう

- ・薬、小銭、タバコ、ボタン電池等の小さな物や、ハサミ、洗剤、包装紙・チラシ等の紙類、ポリ袋等は、手の届かない場所に収納しましょう。

※トイレットペーパーの芯を通る物は、飲み込む危険性があります。

- ・子どもはわずかな水でも溺れます。浴槽や洗濯機、洗面器等の水は抜いておきましょう。
- ・ホコリはアレルギーの原因になります。部屋を清潔にしましょう。



### ◆ 食事の内容を知りましょう

- ・アレルギーの有無、食べ物の硬さや口にする大きさ等を、事前に確認しましょう。
- ・初めて食べるものは、病院を受診できる日中に、パパ・ママと一緒に与えましょう。
- ・硬くて小さいピーナッツ等は誤嚥のリスクがあるので、5歳頃までは控えましょう。

### ◆ 治療の有無を確認しましょう

- ・お孫さんが治療している病気や、内服薬を確認しましょう。
- ・病気の時は、症状や体温など、どのように経過しているかを確認しましょう。

### 3 育児の「新常識」を参考にしましょう

昔

「抱っこしすぎると抱き癖がつく」

抱っこ

「ミルクは子どもが肥満になる」  
「みんな母乳が出るものだと思っていた」

母乳・ミルク

「はじめは果汁からスタート」  
「お風呂の後は、白湯で水分補給」



離乳食

「風邪を引かせないように一枚多めに着せよう」  
「エアコンを使ったら風邪をひく」

体温調整

「早くおむつから卒業しよう」  
「〇歳すぎたらトレーニングしよう」

トイレトレーニング

今

子どもは抱っこで安心し、愛着が育まれます。求められたらたくさん抱っこしましょう。



様々な理由で母乳を与えられない人もいます。母乳かミルクかに関わらず、無理なくゆったりと授乳できることが大切です。

- ・すりつぶしたおかゆからスタート。
- ・水分補給は母乳やミルクでOK。
- ・虫歯菌は大人の唾液からうつるので、箸の共用はしない。
- ・ハチミツは1歳を過ぎてから。

- ・厚着に気を付けましょう。首や背中に汗をかいたら「暑い」のサイン。
- ・暑いときはエアコンを使用し、熱中症を防ぎましょう。

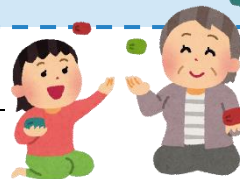
始めるタイミングは子どもの成長に合わせて。「おしっこ出る」の事前報告や、便座に座る・水を流す等の動作ができるなど、心身の準備も必要です。

#### ◆子どもの発達について◆

発達は、運動・言葉・社会性など、様々な面が関連し合っており、発達のスピードは一人一人異なります。お孫さん自身の力を認め、必要に応じてサポートしましょう。

～お孫さんいろいろメモ～ お孫さんについて記録しましょう

- 生年月日： \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日
- パパの電話番号： \_\_\_\_\_
- ママの電話番号： \_\_\_\_\_
- かかりつけ病院： \_\_\_\_\_ 電話番号： \_\_\_\_\_
- 好きな食べ物： \_\_\_\_\_
- 好きな遊び： \_\_\_\_\_



#### ◆子どもの成長や発達、育児についての相談先はこちら◆

あおもり親子はぐくみプラザ 青森市佃二丁目19-13 (元気プラザ内)

☎017-718-2987 月～金曜日 8:30～18:00 (土・日・祝日、年末年始を除く)