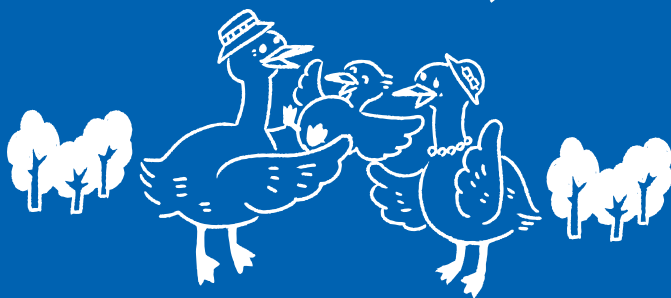


あがの孫育て手帳

保存版

Agano Grandparents Happy Handbook

みんなでつくった
おじいちゃん、おばあちゃんのための
ハッピーハンドブック



阿賀野市

こんにちは、おじいちゃん、おばあちゃん。

この手帳は、祖父母世代のみなさまがお孫さんと楽しく過ごし、
親たちと良好なコミュニケーションをとることで、
無理せず心地よく孫育てができるようにとの願いを込めてつくりました。
孫育て、子育てに奮闘中のおじいちゃん、おばあちゃん、
パパ、ママからの声を聞きながらつくったこのハンドブックが、
みなさまの「孫育て」のお役に立てれば幸いです。

- 03 孫が幸せに育つために
- 07 今どきの子育てと今と昔の違い＜産前・産後編＞
- 09 今どきの子育てと今と昔の違い＜食事・栄養編＞
- 11 今どきの子育て＜遊び編＞
- 13 今どきの子育て＜病気やケガの対処編＞
- 17 子どもの成長発達の目安と関わり方
- 19 言われて・されて 嬉しかったこと・嫌だったこと
- 20 子育てを支えるサービスのご紹介
- 23 孫とのお出かけスポット＜水原地区＞
- 24 孫とのお出かけスポット＜京ヶ瀬地区＞
- 24 孫とのお出かけスポット＜安田地区＞
- 25 孫とのお出かけスポット＜笹神地区＞
- 26 孫とのお出かけスポット＜子育て支援センター＞
- 28 オススメお出かけグズ
- 29 緊急時の連絡先記入欄
- 30 緊急連絡先

Agano
Grandparents
Happy
Handbook

[illegible]

お孫さんが生まれた時の気持ちを書き残しておきましょう。
(写真を貼るのもオススメです。)

This image shows a full page of blank graph paper. The grid consists of small, uniform squares formed by thin, light blue horizontal and vertical lines. There are no margins, text, or other markings on the page.



my grandchildren to grow happy

孫が幸せに育つために

認定子育てハッピーアドバイザー
新津子育て支援センター育ちの森館長 椎谷 照美



母親対象の講演の際、祖父母との関係で、よく質問や相談を受けることがあります。「昔はこうだった・・・と否定されているようで辛い」「親戚の子と比べられる」「うちの家系にはいない、と言われる。私のせい?」「食べさせたくないお菓子を渡す」「義母とはいい関係でいたいのにどのように伝えたらいいのかわからない」などなど...。一方で「とても助かっている」「子どもを褒めてくれるのが嬉しい」「義母がいるから仕事ができる」という声もあります。

また、祖父母対象に「孫育てセミナー」を開催すると、「自分の時間が取れない」「体力的にきつい」「ケガや病気にならないか神経を使う」「今の子育てがわからない」という意見もありました。今の祖父母は、本当によく孫に関わってくれています。それだけに、「孫育て」にまつわる悩みも多いようです。「孫が幸せに育つために」祖父母セミナーで伝えているポイントをご紹介します。

孫の育児に関わるうえでの大切なポイント

- 夫婦の子育ての方針を、まずは認める。
- 祖父母の役割は、基本的にパパとママのサポート。
- 母親の子育てを否定せず、ほめる。

祖父母だからできること、孫との関わりの大きなメリット。

- ゆったりとした時間がある。
- 良い意味で育児の責任がない。(ありのままの孫を受け入れる事ができる)
- 異なる価値観を伝えられる。

※認定子育てハッピーアドバイザー：「子育てハッピーアドバイス」の著者、明橋大二医師が理事長を務めるNPO法人子どもの権利支援センターぱれっとの認定資格



0歳から3歳は自己肯定感を育むことが大切です

自己肯定感とは「自分は生きている価値がある」「私は大切な存在」「必要とされている」という気持ちのことです。親に抱っこしてもらったり、おむつを替えて清潔にってもらったり、さまざまな世話を受けることで「自分は大切にされている」という気持ちが育まれます。

0歳～1歳半：絶対的な安心感「自分は受け入れられている、守られている」という絶対的な安心感を得る時期。

1歳半～3歳：「自己主張し始めるころ」ここで養うのは「親の言いなりにならなくても、自分は自分だと主張しても、それでも存在を許される生きていいんだ」という感覚が大事。

子どもの心を育てるために

抱きぐせ

「赤ちゃんに抱きぐせをつけてはいけない」と言う人がいますが、これは間違っています。抱っこというのは子どもにとってすごく気持ちのいいことです。抱っこされると子どもは「自分は大切にされている」と感じます。

話を聞く(同じ言葉を繰り返す)

そうかそうかと話を聞く。「悔しかったー」と言ったら「悔しかったんだね」と共感することが大事。話したい時に聞いてくれる人がいることは子どもにとっての安心になります。

ほめる(できないところより、できていることに注目)

子どもを褒めることは大事。ただし、いけないことや危険なことをしたときは叱る。できないことを注意ばかりしていると自信がなくなるので、昨日よりできたことや頑張ったことを褒めると自信がつきます。

「がんばれ」より「頑張っているね」

どんなに頑張ってもできないこともあります。「頑張っている」ことに注目すると自信がつきます。



× 親のしつけをとやかく言い、孫の方を持つ



○ 親のしつけで疲れているときは、ねぎらいの言葉を

最後に

初めての子育ては、戸惑ったり失敗もあります。その繰り返して親になっていきます。どうしていいかわからなくて悩んでいる親を否定するのではなく「よく頑張っているね、私にできることがあったら言ってね」と伝えることで安心します。そして「これ食べさせてもいいかな」など食事や離乳食に関しては聞くようにしましょう。年齢によっては食べさせない方が良いこともあります。子どもは成長していくと、走ったり危険なことをしたりして、相手をしていると肉体的にも疲れが溜まります。腰が痛くなったりと大変な時は、一時預かりを利用するなど、祖父母も自分を大切に、無理せず笑顔で子育てできますように。お孫さんに関わることで若くなくなるとも言われていますよ!

○ 今はまだできないだとあきらめる

× 否定のメッセージを送り続ける



イラスト・マンガは、1万年堂出版発行
明橋大二著/イラスト 太田知子「子育てハッピーアドバイス」シリーズより



Parenting now, Old parenting.

今どきの子育て 今と昔の違い

〈産前・産後編〉

阿賀野市 社会福祉課・健康推進課

//////////

毎日の子育てで、こんなことを聞いたことはありませんか？「忙しい時にまわりつかれてイライラしている」毎日の子育てでは、ママの心の余裕がなくなり、こんな気持ちになってもおかしくありません。ママ自身が自分を責めたり、ひとりで抱え込んだりしないように話を聞きましょう。話をするだけで気持ちが軽くなることは多いものです。みんなで一緒に考え、子育てしていきましょう。

妊娠編

「赤ちゃんの分も食べなきゃね」とは言わない

必要な栄養は取れている時代です。

食事はママが十分考えて食べているので心配ありません。

「さらし」は巻かない妊婦さんが多い。

ガードルタイプや腹巻タイプ、腰ベルト等色々あります。

産院での指導のもと使用している場合もあります。

出産病院を選ぶのはママです。ママの希望を優先してください。

妊婦健診を受けるのはママ。出産をするのもママです。

ママ自身が納得いく出産ができることが最優先です。

出産編

入院中のお見舞いは、「短時間」で。お見舞いの品物にも要注意。

産後は疲れています。かわいい孫の顔を見たい気持ちはちょっと抑えて、面会は短時間に。

お見舞いの品も、ママやパパに確認しましょう。お菓子類は控えた方がいい時期もあります。

産後編

赤ちゃんは泣くものです。

「おっぱいやミルクが足りていないんじゃないの？」は言わない。

泣いている赤ちゃんを見ると、ソワソワして何とかしてあげたくくなります。

だけど、ママやパパががんばっているの、ぐっと言葉を飲み込んで、見守りましょう。

一人の時間も必要です。

ワガママではありません。そういう時間も必要です。

息子が家事・育児をする姿を見守りましょう。

現在は家事も育児も夫婦二人で協力してする世の中です。

男女の区別なく、家事・育児をしています。

たくさん抱っこして育てます。

「抱き癖」は気にする必要ありません。「あまり抱っこするからこんなに泣く子になったんじゃない？」などは言わないでください。

時代の流れに柔軟に対応して ...

出産年齢が高齢化してきています。祖父母の皆さんが子育てをした時より30年から40年経っているので、子育てでも変化してきています。スマホの普及など世の中は想像もつかない変化を遂げています。時代の流れに柔軟に対応し、祖父母の皆さんも、時代の流れに対応した、祖父母ライフを送ってください。

時代の流れに柔軟に対応して ... でも心配なときは ...

専門的なアドバイスがほしい時、深刻な状況に陥ってしまった時などは積極的に専門機関を頼ってください。個々の親子関係や家庭の事情などに合わせた支援を受けることができます。(連絡先はP22)

また、市内の子育て支援センターでは、保健師、助産師、栄養士、歯科衛生士に相談ができる「育児相談日」があります(要予約制)。お気軽にご相談ください。(連絡先はP26・27)



Parenting now, Old parenting.

今どきの子育て 今と昔の違い

〈食事・栄養編〉

阿賀野市 健康推進課

果汁

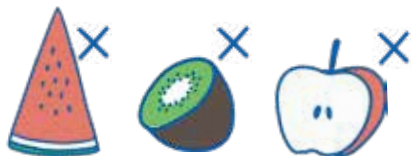
昔は3～4か月頃から果汁を与えていました。

果汁のとり過ぎで母乳やミルクの摂取量が減り栄養不足になる懸念から、今では果汁をすすめなくなりました。また、離乳開始の目安も5～6か月頃になっています。スポーツ飲料も同様です。

〈注意！〉

乳児がハチミツや黒糖を摂取すると

乳児ポツリヌス症を発症する危険性があります



食べ物の口移し

昔は食べ物をかみ砕いて口移しで与えていました

赤ちゃんの口の中にはもともと細菌が存在せず、大人の唾液を介してむし菌が感染することから、口移しや食器の共用はしないようになっています。

油移りや色移りを回避できるので、プラスチック製の離乳食食器を先に洗うのがオススメです。



アレルギー

アレルギーってそんなに神経質になるものなの？

現在、乳児の10%が食物アレルギーの症状を持ち、中には重篤な症状の場合も。そのため、ママたちは慎重に離乳食をすすめています。ママが与えて欲しくないもの・困るものは与えないようにしましょう。

アレルギーが心配されがちな卵黄は白身魚や豆腐に慣れた6か月頃からが開始の目安です



安心して孫と過ごすためにも、予めパパ・ママから食べられるもの、食べられないものを聞いておき、メモしておきましょう。(P2にアレルギー情報を記入する欄があります)

おやつ

喜ぶ孫がかわいいから、ジュースを与えています。

ジュースや菓子類は少食や偏食、肥満やむし歯の原因に。特に離乳期はジュースの満腹感で離乳食を食べてくれないというママの悩みになりやすいです。どんなにかわいくても、ただで与えたり、食事前に与えたりすることのないようにしましょう。

そして哺乳瓶に甘い飲み物はいれないようにしましょう。哺乳瓶は遅くても1才半までに卒業です。

甘味の強いものは3歳まで与えないようにとされています。





Parenting now.

今どきの子育て 〈遊び編〉

おもちゃコンサルタントマスター／絵本専門士
岡田 真弓

「遊び」は「学び」

乳幼児期の遊びにはおもちゃの役割がとても大切です。乳幼児期の子どもは遊びを通して様々なことを学んでいきます。自らやってみて、試してみることで好奇心や興味を広げ、物事の仕組みや自分の周りの世界を少しずつ理解していくのです。

どんなおもちゃを選べばいいの？

おもちゃ選びのポイント

転がす、つまむ、はめる、入れる、出す、並べる、引っ張るなど子どもは身体の発達に伴い、今自分ができること、もう少しでできそうなことに夢中になり、それを何度となく繰り返し楽しめます。特に乳児期にはそうした点からおもちゃを選ぶと良いと思います。

こんなおもちゃがおすすめ

- もっとやりたい！を引き出すおもちゃ
- ひとつの遊びだけでなくいろいろな遊び方ができるおもちゃ
- 達成感が味わえるおもちゃ
- 五感を刺激するおもちゃ（音・色・形・においなど）

遊びのポイント

おもちゃは与えるだけでは上手く遊べるようにはなりません。初めは大人がやって見せたり、子どもと一緒に遊ぶことで「遊びの芽」が育まれるのです。子どもが自分から遊び始めたら静かに見守ることも大切です。

子どもの感性を大切にする絵本選び

身体の成長は目で見ることができますが、心の成長は目には見えません。乳幼児期の大切な時期に、絵本を通してコミュニケーションを育んだり、言葉の豊かさや絵本の絵から感性を磨いたり、お話から想像力を育むなどの心の栄養を豊かにすることはとても大切なことです。是非、子どもと一緒に絵本の世界を楽しんでみてください。

おすすめの絵本選び

0～1 歳児

※生後 4 か月頃から絵本を楽しむことができます。

- 赤ちゃんが目で追えるサイズのもの
- 舐めても安全なもの（ボードブック・ビニールコーティングなど）
- ストーリーを理解するよりも音・語感・言葉のリズムを楽しめるもの
- 物の形がシンプルで分かりやすいもの
- 本物に近い絵（動物・食べ物・乗り物など）

1～2 歳児

- 身近な生活経験をイメージできるもの（食事・トイレ・遊びなど）
- 繰り返しの表現で楽しめるもの
- 簡単なストーリー性のあるお話のもの

2～3 歳児

- イメージしながらお話の世界を楽しめるもの
- 登場人物の気持ちに共感できるもの（強さ・優しさ・悲しさなど）
- 昔話など知恵や工夫の詰まったもの

おもちゃコンサルタントマスターの岡田さんは、原則、毎月第 2 日曜日、あがの子育て支援センター「にこにこ」で「にこにこ木育広場」を開いてもらっています。ぜひ、お孫さんと遊びに来てください。おもちゃや絵本選びのアドバイスも受けられますよ。





Parenting now.

今どきの子育て 〈病気やケガの対処法編〉

日本赤十字社新潟県支部 幼児安全法指導員
波多野 帝子

発熱時の対処

熱があっても、あわてず落ち着いて、子どもの顔色や
機嫌の良し悪し、脱水の有無などを十分に観察します。

〈手当〉

- 体温計で正しく熱を測り、安静に寝かせる。
- 気持ちよさそうであれば、氷枕などで冷やす。
- 水分を十分に与え、汗をかいたら着替えさせる。
- 解熱剤の使用は、医師の指示を受ける。

〈正しい体温の測り方〉

わきの下の汗を拭き、わきのくぼみの中央
に先端部分が納まるように入れる。



〈冷やすときのポイント〉

- 氷枕などを使って良いが、嫌がるようなら使用を控える。
- 肩を冷やさないようにする。
- 39 度以上の高熱の場合、首のつけ根、わきの下、足のつけ根を冷やす。
- ぬるま湯で搾ったタオルで体を拭く。
- 急に熱が下がることがあるので、冷やしすぎないように注意する。

こんなときは急いで医療機関へ…

- 顔色が悪い
- 呼吸が速く苦しそう
- 小鼻がびくびくしている
- 繰り返し吐く
- たびたびけいれんを起こす
- 脱水症状がある
- 意識がはっきりせずボーッとしている

嘔吐時の対処

吐いても、機嫌がよく食欲があり元気なら様子を見ます。
吐物の状態（量・匂い・回数・血液様など）を観察します。
吐く回数が多く顔色が悪い時は、医療機関へ連れていきます。

〈手当〉

- 吐いたものが気管に入らないように体を横向きに寝かせる。
- 口の中のは、指にガーゼを巻きつけてとり除く。
- 様子を見て、少しずつ数回に分けて温かな水分を与える。
- 吐いたものに血液や胆汁（緑色）が混じっている場合は、医師に見せる。
- 手洗い、嘔吐物のしまつに注意する。

こんなときは急いで医療機関へ…

- 顔色が悪く元気がなく、ぐったりしている
- 吐き気が続き、熱が出て、頭痛があり、顔色が悪い
- 頭を打った後、繰り返し吐いたり、吐き気が続く
- 血液の混じった便が出る

下痢の時の対処

下痢をしていても機嫌がよく、食欲があれば様子を見ます。下痢が激しく回数も多い時、
発熱、嘔吐、普段と異なる便の色の場合には医療機関へ連れていきます。

〈手当〉

- 原因がはっきりするまで薬を飲ませない。
- 水分補給を十分に行う。できるだけ湯冷まし、麦茶、
子ども用イオン飲料水を少量ずつ回数を分けて与える。
- 便の状態をよく観察する。（回数、便の色、混じっているもの、量など）
- 医師の診察をうける場合には、便の一部を持っていく。
- お尻がただれやすいので、ぬるま湯で洗い清潔にする。
- 手洗い、便のしまつに注意する。

こんなときは急いで医療機関へ…

- 下痢といっしょに吐く
- 熱が出る
- うとうとしている
- 顔色が悪くぐったりしている
- くちびるが紫色になっている



事故予防と成長発達

体の成長・発達につれて精神・運動機能が発達します。
見る、聞く、さわる、味わうなど感覚的なものから目覚めていくので、
子どもの成長発達を知っていくことが大切です。

〈予防〉

- 家庭内を整理整頓し、危険物を避けるなど心掛ける。
- 安全な行動を繰り返し言い聞かせ、大人が手本を示す。
- 基本的な運動（歩く、走る、跳ぶなど）を積み重ねる。
- 転ばぬ先の事故防止策を工夫し、事故を未然に防ぐ。

子どもにおこりやすい事故例

- 転落、転倒、切り傷、打撲、誤飲、窒息、熱傷、溺水等。



つまずいたり、
すべったりしてころぶ



ストーブにさわる、
食卓の熱いものなどでやけどをする。



机の角などにぶつかる



階段や椅子などから落ちる



きずの手当

- 安静にして全身状態を観察し、保温や体位に注意をする。
- きずの手当をする時は、必ず手洗いをする。
- きずの汚れを水道水などで洗い流し、やさしくふきとる。
- 動物の咬み傷、出血が多い時などは医療機関へ連れていく。

〈手当〉

- ① ② ハンカチを傷が覆える大きさにたたむ。
- ③ 傷の具合を確認しながら、ハンカチを傷にあてる。
- ④ 手の平を通して手の甲で交差する。
- ⑤ 手首に巻いて結ぶ。

※手の平のきずの場合は手の平で交差する。



熱傷の手当

- やけどをした部分が「広く深い」ほど危険である。
〈広さ〉子どもは体の表面積の10%以上の広さをやけどすると重症である。
〈深さ〉第1度：皮膚の色が赤くなり、ひりひりする。
第2度：腫れぼったく赤くなり、水ぶくれになり、痛みがつよい。
第3度：皮膚がただれて、黒く焦げていたり蒼白になる。

- 急いで冷たい水、水道水で冷やす。
- 衣類を脱がさないで、そのまま冷水をかける。
- 水ぶくれはつぶさないで、洗濯した布で覆い冷やす。

広範囲を冷やし続けると、体温が下がる危険性があります。
119番通報して急いで専門の病院に向かいましょう。

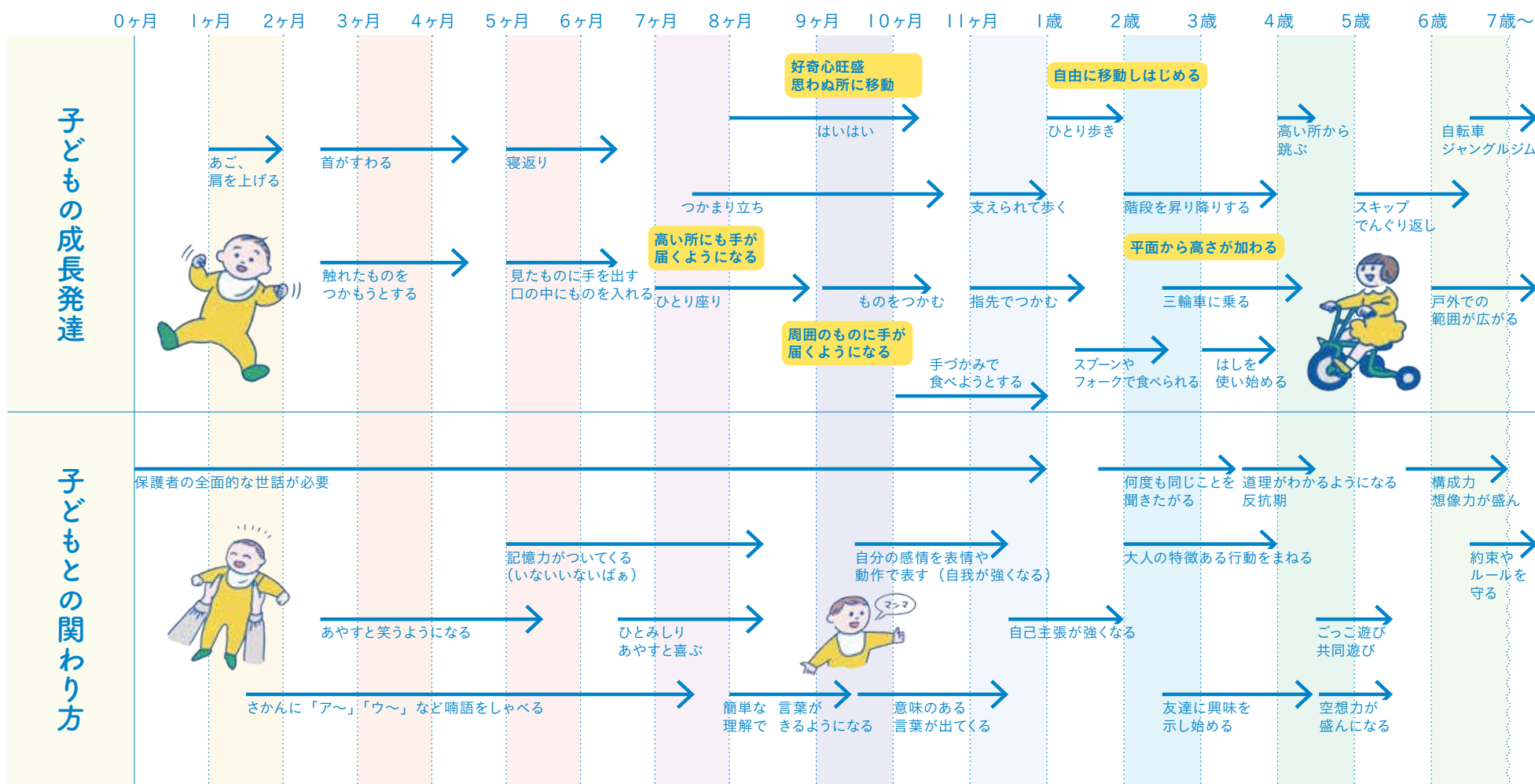




Child's growth development

子どもの成長発達の 目安と関わり方

記載している子どもの成長発達は目安で、個人差があります。特に1歳前後の子どもの発達は、個人差がとても大きいので、他の子や兄弟姉妹と比較せず、発達差は個性と理解し、温かい目で見守りましょう。それでも心配な場合は、専門機関にご相談下さい。(連絡先はP22)



参考:日本赤十字社「赤十字幼児安全法講習教本」



Nice things, Bad things.

言われて・されて 嬉しかったこと・嫌だったこと

パパ・ママ編

阿賀野市内に住んでいる、今、子育て中のママ、パパ、おじいちゃん、おばあちゃんにワークショップやアンケートで本音を聞いてみました。

嬉しかったこと

誕生日やクリスマスなど、プレゼントに何がほしいか聞いてくれる。

「子どもの面倒をみるよ」と言って1人の時間をくれる。いつもありがとう。感謝しています。

「抱っこしてあげるからゆっくりご飯食べな」はありがたい。

畑に連れていって、野菜の収穫体験をさせてくれる。

育児についてほめてくれたり、子どものマイナスに思うことをプラスの言葉でほめてくれる!例えば、「やんちゃで困る」を「活発でいいね」等

具合が悪いとき、子どもをみてくれたのでゆっくり休めた。

教育方針など、私たち夫婦の意見を尊重してくれる。

実家への帰省を快く承諾してくれる。

嫌だったこと

今は1歳過ぎても母乳を飲んででも当たり前。自然卒乳を目指す途中で「まだ飲んでいる?」「恥ずかしいからやめなよ」など言わないでほしい。

「昔こうだった…」「うちの子はこうしてた…」と言われて比較される。

すぐに「寒そう」と言わないで。靴下は家でははかなくてもいいのに。

子どもが喜ぶからといって、好きなだけおやつを食べさせたり、欲しがるものを何でも与えたり、テレビばかり見せないでほしい。

おじいちゃん・おばあちゃん編

世代が違えば考え方も違うのは当たり前。今の子育ての仕方を知り、親の子育てを否定せず、認めてあげて、ほめることで、より良い関係が築けるのではないのでしょうか。

嬉しかったこと

休日、私が友達を招いたため、孫が家にこれず我慢していたようで、息子に「良かったなあ、パパのところ行くの我慢してたんだわ」と言って預けられた。

孫に「おばあちゃん大好き」と言われたとき。

婿が「孫の世話で疲れているでしょう」といたわってもらった。

嫁や娘が孫たちの近況を写メで送ってくれる。保育園の行事などに誘ってくれる。

「いつも子どもたちを見てもらってありがとう助かる」と言われたとき嬉しかったです。

料理を作った時、嫁が「この料理おいしいネ!」と言ってくれたり、孫が完食した時はうれしいです。

嫌だったこと

孫が男の子だからでしょうが言葉がきついと感じることがあります。また成長にあった服を着せてほしい。

4歳の孫のしかり方で困っている。わかっているのにダメということをする。

娘が実家に帰ってきても携帯ばかりいじっている。子どもたちに「鬼が来る」と言い携帯で呼ぼうとして脅かす。



Service introduction for grandchildren

孫育てを支える サービスのご紹介

孫は可愛いけれど、自分の時間が取れなかったり、孫のおもりは体力的にも結構疲れるもの。孫育てでも無理をせず、支援制度などを上手に使いましょう。

例えばこんな時にご利用下さい

- 毎日、孫の保育園の送り迎えをしているけれど、今日はどうしても都合がつかない。
- 孫がインフルエンザに罹ったが熱も下がり預かったものの、どうしても外出しなけければならない用事ができてしまった。
- いつも孫を見ているが、たまには友達と出かけてリフレッシュしたい。

一時保育

病気やけが、冠婚葬祭など、保護者の事情でやむを得ず家庭での保育が困難になった場合、保育園・認定こども園では一時保育を行っています。育児による疲労・ストレスなどを感じた場合もご相談ください。

<問い合わせ>

阿賀野市役所 社会福祉課 児童福祉係 電話 0250-62-2510 (内線 2151)
または市内各保育園・認定こども園

ファミリーサポート

子育ての応援をしてほしい人(依頼会員)と子育ての応援をしたい人(提供会員)が、互いに助けたり、助けられたりして育児の相互援助を行う会員制の有償ボランティア組織です。

<提供会員へのサポート内容>

以下のような時にお子さんをお預かりします

- ① 保育園・幼稚園・小学校・児童クラブの開始前や終了後、休業日
- ② 病気の回復期でまだ登園許可が出ていない時
- ③ 保護者の通院や買い物、美容室などの時

<問い合わせ>

事務局 あがの子育て支援センター「にこにこ」内 電話 0250-62-5581
阿賀野市役所 社会福祉課 児童福祉係 電話 0250-62-2510 (内線 2151)

病児保育

子どもが、病気やけがの治療中または回復期に至らないため、学校・保育園等での集団生活が困難なとき、一時的にお預かりします。

- 利用日時：月曜から金曜(ただし、祝日、お盆、年末年始は除く)、午前8時から午後6時
 - 利用料金：1日2,000円
 - 所在地：阿賀野市岡山町13-23 あがの子育て支援センターにこにこ2階
- ※事前に「利用登録」が必要です。

<問い合わせ>

阿賀野市病児保育室「おひさま」 電話 0250-63-8051
阿賀野市社会福祉課 児童福祉係 電話 0250-62-2510 (内線 2152)

相談窓口

「孫育て」で疑問や困ったときは相談窓口にお気軽にお問い合わせ下さい。

相談場所・連絡先	相談内容
子育て世代包括支援センター (健康推進課) (水原保健センター1階) 電話：0250-61-2474	● 妊娠・出産・子育てに関する相談
こどものことばと こころの相談室 電話：0250-61-2260	● 子育て全般(発達が心配、ことばが遅れている、集団参加が困難、落ち着きがない、こだわりが強い、人との関わりが一方的など)に関する相談(相談支援事業) 対象：0歳から18歳(要予約) ● 子どものニーズに応じて通所支援(児童発達支援・放課後等デイサービス・保育所等訪問支援) 対象：0歳から15歳(要予約)

Going spot with Grandchild

BEST
17 SPOT

孫とのお出かけスポット

阿賀野市内には、孫と一緒に出かけができる子育て支援拠点や、公園、公共施設、お店などがたくさんあります。このコーナーでは、子育て中のママたちから聞いた、おすすめのスポットをご紹介します。ぜひ、お孫さんと足を運んでみてください。

水原地区

① 瓢湖

白鳥の渡来地として全国的に有名な瓢湖で、湖畔の売店で白鳥のエサを買ってエサやりができます。

所在地：阿賀野市水原



② 瓢湖水きん公園

瓢湖の南側に位置する「あやめ園」では、約 200 品種 50 万本のハナショウブが 6 月上旬から下旬にかけ色鮮やかに咲きとてもきれいです。また園は他にも桜やアジサイ、ハスなど季節の花が楽しめます。

住所：阿賀野市水原

③ 白鳥公園

すいきん公園に隣接する「白鳥公園」では大きなコンビネーション遊具をはじめ、白鳥の形をした滑り台など、遊具が充実しています。

住所：阿賀野市水原

④ 天朝山公園

桜の名所でも有名ですが、小さい子ども向けの遊具もあり良いです。

所在地：阿賀野市中央町 2-1262-1



⑤ 観光ぶどう農園 紫玉苑

入園は無料で、農作物を安心・安全においしく育てる栄養週期栽培を実施しており、ジュシーで栄養価の高いぶどうのぶどう狩りができます。

住所：阿賀野市中湯 691

営業時間：9:00 頃～ 17:00 頃

電話：0250-62-5120

営業期間：8 月下旬～ 10 月上旬



⑥ SWANLAKE Pub Edo 修蔵

スワンレイクパブエドシュウゾウ

和風を主体とした飲食店でキッズルームもあり、キッズメニューもあるので助かります。

住所：阿賀野市中島町 1-25

電話：0250-62-5355

定休日：火曜日



京ヶ瀬地区

⑦ 阿賀野市立図書館

世界の絵本をはじめ、物語や図鑑など、楽しい本があり、外国語の絵本は約 3,600 冊を所蔵しています。じゅうたんスペースのおはなしコーナーがあり、親子でゆったりと本を楽しむことができます。毎週土曜日に「おはなしのじかん」があり、えほんの読み聞かせや手あそびなどがあって楽しいです。

住所：阿賀野市曾郷 1028 番地

電話：0250-67-2500

開館時間：火～金曜日 9:30 ～ 19:00

土・日・祝日：9:30 ～ 17:00



⑧ ふるさと公園

「図書館のある公園」で、冬は山でソリ遊びができ、外でのびのび遊んで、疲れたら隣の図書館で休憩できます。

住所：阿賀野市曾郷 1028

ふるさと公園：0250-62-2690（公園管理事務所）

安田地区

⑨ わくわくヒルズ

雨の日も雪の日も遊べ、赤ちゃんスペースもあるので赤ちゃんから小学生まで幅広い年代が遊べます。

住所：阿賀野市寺社甲 3848-212

電話：0250-68-1310



⑩ サントピアワールド

シルバー割引もあるので、孫を連れて行きやすいです。

住所：阿賀野市久保 1-1

電話：0250-68-3450



⑪ 交通公園

新潟県指定文化財の安田城跡が、現在、交通公園になっていて、堀にはアヒルがいて、遊具もあり、冬には雪遊びができます。

住所：阿賀野市保田

⑫ ヤスダヨーグルト Y&Y GARDEN

ワイワイガーデン



アイスやワッフルがおいしいです。牛の置物や木の家などがあり、子どもが喜びます。

住所：阿賀野市保田 733-1

電話：0250-68-5151

営業時間：9:00 ～ 17:00

定休日：不定休



⑬ 安田温泉やすらぎ

日帰り温泉も宿泊も可能な温泉施設で、家族用の貸切風呂「だんらん湯」やキッズコーナーもあり、子ども連れも楽しく過ごすことができます。

所在地：阿賀野市保田 6075-3
電話：0250-68-1555



笹神地区

⑭ 五頭山麓いこいの森

川遊びやバーベキュー、テントや焚き火などアウトドアを楽しむことができます。レンタル品も充実しており、泊りも日帰りも準備が楽で、気楽にキャンプができます。

住所：阿賀野市畑江 24
電話：0250-62-4254
(いこいの森管理事務所)
営業期間：4月上旬～11月下旬
受付・電話対応：10:00～16:00



⑮ 五頭の山茂登

ごずのやまもと

おいしい釜飯の店で座敷が多いので、赤ちゃん連れでも安心です。

住所：阿賀野市 勝屋 1825-9
電話：0250-62-4266



⑯ 五頭山麓うらの森 体験学習館・豆腐工場

そば打ちや豆腐づくり、陶芸、木工、押し花、竹籠、パステルアート、アメリカンフラワーの体験できます。

住所：阿賀野市村杉 3946-163 五頭山麓うらの森
電話：体験学習館 0250-61-3003
豆腐工場 0250-61-3102
(株式会社ささかみ)
※体験教室などの予約、詳細は
電話でご確認ください。



子育て応援カード協賛店とは？

地域での子育てを応援するため、15歳未満の子どもがいる希望する保護者に対し、1世帯に2枚を上限として交付するカードです。協賛企業として登録していただいたお店でカードを提示すると、各種サービスの提供が受けられます。ご利用にあたっては、阿賀野市社会福祉課児童福祉係へカード発行書類の提出が必要です。



Kosodate Support Center

阿賀野市の子育て支援センター

水原地区

あがの子育て支援センター 「にこにこ」

土日祝日開館し、飲食スペースも完備。ご家族のみなさんで一日中、ご利用できます。楽しいイベントも盛りだくさんです。

住所：阿賀野市岡山町 13-23
(旧水原郷病院健康管理センター1階)
電話：0250-62-5581
利用日：水曜日～日曜日(祝日も開館)
時間：9:00～16:00



子育て親子カフェ「花どけい」

子育て支援ボランティア「いちごみるく」が、にこにこで月2回開催されています。子どもの成長に欠かせない「絵本の読み聞かせ」と「昔ながらの手遊び」を行っていてスタッフさんがベテラン揃いでとても良いです。

子育て支援センター「つくし」

アットホームな雰囲気の中で、小さいお子さんも安心して遊べます。

住所：阿賀野市南安野町 7 番 66 号 (安野こども園内)
電話：0250-63-2727
利用日：月曜～金曜
時間：9:00～12:00 / 13:30～16:00



子育て支援センターとは、子育て中の親子が気軽に自由に利用できる交流の場所のことです。子育てに関するアドバイスや各種イベントの開催、情報提供も行っています。お孫さんを連れてくるおじいちゃん、おばあちゃんもたくさんいらっしゃいます。

子育て支援センター 「すくすくチャイルド」

広い遊び場でのびのび遊んだり、うたあそびや絵本の読み聞かせなどを楽しんだりゆっくり過ごしていただけます。

住所：阿賀野市学校町 6 番 5 号 (ひまわり幼稚園内)
電話：0250-62-3107
あそびの広場：火曜・金曜 9:30～11:30
子育て相談：火曜・金曜 9:00～12:00
木曜 13:00～15:00



子育て支援センター「ぼけっと」

親子バレエストレッチ・体操教室・季節のイベントや制作を行っています。授乳、図書スペースもあります。

住所：阿賀野市野地城 91 (あやめ保育園内)
電話：0250-62-3685
利用日：月曜～金曜
時間：9:00～11:30 / 12:45～15:15



子育て支援センター「のんのん」

遊びの広場では、積み木、ブロック、ボール、車、滑り台、ままごとなどができます。

住所：阿賀野市金田町 9 番 81 号
(おとぎのくにこども園内)

電話：0250-62-6363

利用日：月曜～金曜

時間：9:00～11:30 / 13:00～15:30



安田地区

子育て支援センター「いとしご」

小学校跡地を活用しているので、体育館など広い施設を利用でき、年齢に合わせた場所で、親子で伸び伸びと遊ぶことができます。

住所：阿賀野市寺社甲 2010 番地
(風の子こども園内)

電話：080-2336-1061

利用日：月曜～金曜

時間：9:00～12:00 / 13:00～15:30



子育て支援センター ほたるスマイルランド「おひさま」

子育て中の皆様が気軽にご利用いただける支援センターです。“もうひとつのおうち”としてぜひ遊びに来てください。

住所：阿賀野市保田 3882-1
(ほたるこども園内)

電話：0250-68-3009

利用日：月曜日～金曜日

時間：9:00～11:30 / 14:30～16:00



京ヶ瀬地区

京ヶ瀬子育て支援センター

ふれあい遊びやリズム遊び、リフレッシュの日、ミュージックケアなどがあり、子育て相談や育児講座もあります。季節の行事などいろいろな楽しめるイベントもやっています。

住所：阿賀野市緑岡 3 番地 20
(京ヶ瀬こども園内)

電話：0250-67-3031

利用日：月曜～金曜

時間：9:00～11:30 / 13:00～15:30



オススメ お出かけグッズ

子連れでのお出かけの際の定番グッズや、お役立ちアイテムをまとめてみました。



□着替え

子どもは汗をかいたり、飲み物をこぼしたり、おもらししたりなどよく服を汚すもの。服や下着、靴下など一式を用意していきましょう。

□オムツ替えセット

オムツの替え(複数)、おしりふき、使用済みオムツを入れるビニール袋などをポーチや小さいカバンに入れて一つにまとめておくと、オムツ替えの時にスムーズです。

□タオル

タオルは、口や汗を拭いたり、スタイ(よだれかけ)の代わりにもなりますし、暑さや寒さ対策にも使えます。

□飲み物

夏の脱水対策や冬の乾燥対策として、必ず飲み物を携帯しましょう。

□おやつ

ちょっとしたおやつを持っていくのもオススメ。お出かけ気分で子どもも喜びます。ただし年齢によっては食べさせていないお菓子もあるので、どんなおやつを食べているか事前に親に聞いておくと良いでしょう。

□ウェットティッシュ

口や手を拭いたり、口に入れるおもちゃを拭いたりなど、一つ持っていると便利です。

□おもちゃ

お気に入りのおもちゃや絵本などを持っていくと、車の中やお店などでぐずった時に重宝します。

□応急処置用品

幼児はよく転ぶもの。絆創膏などを持っているといざという時に役立ちます。夏は虫刺されのかゆみ止めがあると便利。塗るタイプもありますが、貼るタイプのものだと掻きむしりにくいです。

□防寒用品

フリースなどのブランケットを持っていきましょう。チャイルドシートのひざ掛けに、夏場のクーラー対策にも重宝します。

緊急時の連絡先記入欄

	名前・名称	電話番号	住所・所在地
家族の情報			
孫のかかりつけ医			

MEMO

[ひとくちメモ]

くちばしが黒い

足黒い

白鳥

黒くない

足茶色

アヒル

緊急連絡先

休日夜間小児救急医療電話相談

- 電話：025-288-2525 または #8000（プッシュ回線専用）
- 相談時間：毎日 午後7時から翌朝午前8時

阿賀野市の休日診療

休日診療は在宅当番院制であり、診療当番表を阿賀野市のホームページから確認することができます。

- 診療時間：午前9時から正午

※診察を希望する人は、事前に問い合わせをお願いします。



阿賀野市以外の休日・夜間診療

- <新発田地区救急診療所>
- ・住所：新発田市本町1-16-14（県立新発田病院前）
 - ・電話：0254-23-8350
- <五泉市東蒲原郡医師会 夜間診療所>
- ・住所：五泉市本町1-5-18（旧大倉医院）
 - ・電話：0250-25-7878

<子育て支援サイトをご利用下さい>

子育て情報の総合サイト「阿賀野市子育て支援サイト」で、最新のイベント情報や子育てに関する情報を掲載しています。ぜひ、ご利用下さい。





あがの孫育て手帳

平成 30 年 3 月初版発行

令和 3 年 3 月改訂

発行：阿賀野市 民生部 社会福祉課

新潟県阿賀野市岡山町 10 番 15 号

TEL：0250-62-2510 FAX:0250-61-2036

企画・編集：認定 NPO 法人 新潟 NPO 協会

デザイン：ヒッコリーストリートペラーズ