

緊急時の連絡先・相談先

	名前・名称	電話番号・所在地
家族の 携帯電話や 勤務先		
孫の かかりつけ医		
地域の救急電話相談		
タクシー会社		

こんなときは ここに電話を！

孫の急な病気やケガに困ったら

8 0 0 0 **こども医療電話相談** 19:00～翌8:00
プッシュ回線以外やPHSからは ☎022-212-9390

休日・夜間の急なこどもの病気・ケガへの対処法や、病院を受診したほうがよいか判断に迷ったときに、小児科医師・看護師に相談ができます。電話はお住まいの都道府県の相談窓口へ自動転送されるしくみです。

薬品や有害物質を飲んでしまったら

公益財団法人 日本中毒情報センター

- 大阪中毒110番 **072-727-2499** (365日24時間対応)
 - つくば中毒110番 **029-852-9999** (365日24時間対応)
 - たばこ誤飲事故専用電話 **072-726-9922** (365日24時間対応、自動音声応答による情報提供)
- ※いずれも情報は無料、通話料はかかります。

令和6年度版 仙台市こども若者局こども家庭部こども家庭保健課 ☎022-214-8189
〒980-0011仙台市青葉区上杉一丁目5番12号 仙台市役所上杉分庁舎8階
※地域の講座で使用するなど、まとまった部数が必要な場合はご相談ください。

UD FONT ユニバーサルデザイン (UD) の考え方にに基づき、より多くの人へ適切に情報を伝えられるよう
by MORISAWA 配慮した見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。

リサイクル適性 (A)
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。



禁無断転載©東京法規出版
1755450



祖父母手帳

つなげよう・広げよう「孫育て」

仙 台 市

おたんじょう おめでとう!

孫の記録

孫の 名前:

生 年 月 日:

体 重 ・ 身 長:

g

cm

写真を貼りましょう

孫が生まれたときの気持ち

はじめに

お孫さんの誕生、おめでとうございます。
わが子を懸命に育てている父母世代にとって
祖父母世代の支援は大変ありがたいものです。
こどもたちの健やかな成長のために、
お孫さんとの楽しい交流=孫育ての一助として、
この冊子がお役に立てれば幸いです。

もくじ

- 01 はじめに／もくじ
- 02 「孫育て」はいいこといっぱい
- 04 いっしょに考えよう 祖父母&父母の“いい関係”
- 06 改めて知っておきたい 赤ちゃんのお世話
- 12 ここが変わった！ 子育ての昔と今
- 16 孫に安全な環境を こどもの事故予防
- 20 昔と変わらない遊びもあります！ 楽しく過ごす孫との時間
- 23 世界が広がる！ 孫といっしょに出かけよう
- 26 地域にもいかしてほしい “祖父母力”
- 28 祖父母⇄父母 家族の交換日記
- 30 すくすく育て！ サイズおぼえがき
- 31 もしものときに備えましょう
- 32 相談窓口

裏表紙 緊急時の連絡先・相談先



「孫育て」はいいこといっぱい

祖父母が父母の子育てをサポートする「孫育て」は、それぞれの世代にメリットがあります。

孫（こども）

多くの人から愛情を受けられることができる

情緒が安定する

ゆったりかわいがってもらえることができる

自己肯定感（自分を肯定し、大切にできる気持ち）が育まれる

父母とはまた違った価値観にふれることができる

多角的に考えることができるようになる

祖父母

いい刺激を受け、体力や気力がつく

老化防止

孫を通して、地域の人たちとの交流が増える

地域住民とのつながりができる

出会いや発見があり、新たな生きがいが見つかる

セカンドライフの充実

父母

体力的・精神的なつらさが減る

子育て負担の軽減

心に余裕が生まれる

こどもへの好影響

仕事がしやすくなる

子育てと仕事の両立

改めて親への感謝の気持ちが生まれる

よい親子関係

家族全体のメリット

孫を通して関わり合うことで、日頃からお互いに支え合うことができる

いっしょに
考えよう

祖父母&父母の“いい関係”

孫を、子を大切に思う気持ちはいっしょ。孫育て、子育て経験者に体験談をお聞きしました。「わが家のいい関係」を築くためのヒントがあるかもしれません。

うれしかったこと・気づかいがほしかったこと

アンケート調査より



【祖父母編】

うれしかったこと

♡ 孫とふれ合う機会をくれる

積極的にだっこさせてくれた
(60歳代)

旅行やお誕生会に呼ばれた
(60歳代)

♡ 報告がくる

こまめに孫の写真をメールで送って
くれた (60歳代)

♡ お礼を言ってくれる

「いつもありがとう」とお礼を言
われた (70歳代)

♡ 頼られる

アドバイスがほしいと言われた
(70歳代)

気づかいがほしかったこと

💡 いつもしかりつけている

孫がしかられているところは見た
くない (70歳代)

💡 父母世代からの言葉

過干渉はやめてほしいと言われ
た (70歳代)

💡 要求がエスカレート

祖父母力を過剰に期待された
(60歳代)



父母世代とのお付き合いのコツは？

- 笑顔で話すこと (80歳代)
- 出しゃばりすぎず、見守る (60歳代)
- 孫にとっては父母が一番。それをふまえて行動する (60歳代)
- お互いのよいところを見るようにする (60歳代)
- 昔はこうだったと言わない (60歳代)



【父母編】

うれしかったこと

♡ 面倒をみてくれる

預かってくれる (40歳代)
保育所や病院への送迎をしてくれ
る (30歳代)

いっしょに遊んでくれる (30歳代)
こどもの話をよく聞いてくれる
(40歳代)

こどもがうるさくしても、怒るど
ころか輪に入ってくれる (40歳代)

♡ ほめてくれる

こどもの行動やいいところをほめ
てくれた (40歳代)

子育てをよくがんばっているとほめ
てくれた (30歳代)

♡ フォローしてくれる

自分がこどもに怒った後のフォロー
をしてくれた (40歳代)

昔の子育て失敗談を話して、元気
づけてくれた (30歳代)

子どもが病気の時、様子を見に
きてくれて安心した (40歳代)

♡ 祖父母がイキイキとしている

孫と遊ぶようになって、前よりア
クティブになった (30歳代)

気づかいがほしかったこと

💡 押し付けられる

こうしたほうがいい、こうすべき
と口出しされた (40歳代)

まずは親の子育ての方針を確認
しましょう

💡 批判される

子育てについて批判された (40
歳代)

現代の子育ての傾向を知って
おきましょう (P6~15)

💡 おやつを与えすぎる

親に確かめずに、たくさんおや
つをあげていた (40歳代)

小食、むら食い、好き嫌い、
むし歯や肥満などの原因にな
ります (P14)

💡 食事の対応

自分が使っている箸で食べさせ
た (30歳代)

箸やスプーンの共有でむし歯菌
がうつります (P14)

祖父母世代とのお付き合いのコツは？

- 笑顔で接する (40歳代)
- 感謝の気持ちを忘れずに (30歳代)
- ほどよい距離感が大事 (40歳代)
- ときには「ま、いっか」と流す (40歳代)
- 頼りすぎない (40歳代)



改めて知っておきたい 赤ちゃんのお世話

かわいいわが子のお世話をしたのはもう随分も前のこと。
思い出しながら、お世話の基礎知識を復習してみてください。

だっこ

しっかりとだっこしてもらえると、赤ちゃんは安心します。だっこなどのスキンシップは「自分の存在が受け入れられている」という感情、“自己肯定感”を育みます。自己肯定感とは心の成長の土台となる、とても重要な感情です。おじいちゃん、おばあちゃん、たくさんだっこしてあげてくださいね。

横抱き

赤ちゃんを大人のからだに寄せると安定します



赤ちゃんの首をひじの内側で支えます

反対の腕でおしりを支えます

縦抱き (首がすわってから)

赤ちゃんの背中を支えます (完全に首がすわっていないときは首や後頭部を支えます)



腰からおしりを支えます

ワンポイント

赤ちゃんをだっこして立ち上がるときは、いったん片ひざをつけて、上体をまっすぐにしてから立つと、腰への負担が軽減できます。

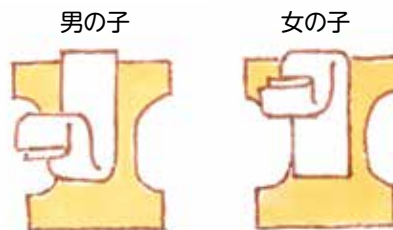


おむつ

おむつ替えも大事なスキンシップの時間。「すっきりして気持ちいいね」などと話しかけながら、赤ちゃんのおしりや足にふれ、愛情を伝えましょう。

布おむつ

男の子は前を、女の子は後ろを厚くたたみます。



紙おむつ

汚れた紙おむつを外し、新しい紙おむつをあてたら、テープをとめます。



ギャザーが内側に入っていたら、外に出します。

おむつを引き抜き、新しいおむつをあてたら、カバーをとめます。きつくないか、確認しましょう。



ワンポイント

- おむつ替えのときは、おしりふきや脱脂綿などで毎回きれいに拭いてあげましょう。
- 男の子はおちんちんの後ろまで、ていねいに拭きます。
 - 女の子は必ず前から後ろに向かって拭きます。

お世話メモ

育児用 ミルク

赤ちゃんの目を見て、語りかけながら、授乳の時間を楽しみましょう。

1. 手を洗う

必ず手を洗いましょう。



2. ミルクを入れる

洗浄・殺菌したほ乳瓶に、粉ミルクの容器に記載されている量の湯（70℃以上）を注ぎます。その後、分量通りの粉ミルクをほ乳瓶の湯に加ええます。



3. ミルクを冷ます

中身が完全に混ざるよう、ほ乳瓶をゆっくり回すように振ります。混ざったら、ほ乳瓶を流水や氷水にさらすなどして冷めます。



4. 温度をたしかめる

手首の内側にミルクをたらし、授乳に適した温度になっているかを確認します。生温かく感じ、熱くなければ適温です。



5. ミルクを飲ませる

赤ちゃんの口に乳首を十分にふくませます。空気を飲み込まないよう、乳首の中をミルクで満たしましょう。



6. ゲップをさせる

縦抱きにし、背中を軽くさすってゲップをさせます。



沐浴・入浴の サポート

へその緒が取れるまでのベビーバスでの「沐浴」も、その後の入浴も、慣れないうちは大変。祖父母のサポートがあると心強いものです。

風呂あがりの準備

室温を快適にする。着替えとおむつを広げておく。



赤ちゃんを連れていく

服を脱がせ、おむつを外して、父母等のところへ。



沐浴・入浴が終わったら

赤ちゃんを受け取り、タオルでやさしく拭き、服を着せる。



ワンポイント

- 赤ちゃんに最適な風呂のお湯の温度は38～40℃です。
- 冬は沐浴を行う場所と裸にする場所の室温の差がないように注意しましょう。



ワンポイント

- ミルクは水道水や水質基準の検査に合格した井戸水、粉ミルク調整用の密封容器に入った水などを利用しましょう。ミネラルウォーターを使う場合は、赤ちゃんの腎臓への負担や消化不良などを生じる可能性があるため、硬水（ミネラル分が多く含まれる水）は避け、軟水を使いましょう。
- 作ってから2時間以内に飲まなかったミルクは捨てましょう。
- 粉ミルクと同様に、赤ちゃんに必要な栄養素が含まれている乳児用液体ミルクもあります。

お世話メモ

昼寝の環境づくり

赤ちゃんが寝てしまったら……。デリケートな赤ちゃんのために、お部屋の環境を少しだけ気づかせてください。

湿度も意外と大切!

- 快適な室温に
- 湿度 50~60%

エアコンの風がからだにあたらないようにしましょう

直射日光があたらないようにしましょう

地震のときに落下しそうなものは置かないようにしましょう

風とおしがよいでも直接風があたりすぎないようにしましょう

あお向けに寝かせるようにしましょう

布団がなければ座布団やバスタオルなどでもふわふわのクッションなどは窒息(ちっそく)の危険があるので避けて

通院の付き添い

赤ちゃんが病気的时候は、祖父母と一緒に助かる場面もありそうです。

送迎のサポート

赤ちゃん連れの移動はそれだけで大変なもの。車で送り迎えをしてもらえると、父母の負担が軽減されます。

院内での付き添い

病院で手続きが必要なときなどは、赤ちゃんを見てもらえると安心です。



お世話メモ

Blank lined area for notes.

ここが
変わった!

子育ての昔と今

時代が変われば、子育ての常識も変わっていくものです。世代によって考え方が異なるのは自然なこと。その違いがわかっているならば、子育てがよりスムーズになることでしょう。



昔



今

【だっこ】

「抱きぐせ」をつけると、赤ちゃんがだっこを求めて泣くようになり、手がかかる。

だっこは大事なスキンシップ。心の成長に必要なから、たくさんだっこしたほうがいい (P6)。

【うつぶせ寝】

頭の形がよくなる。
寝つきがよくなる。

乳幼児突然死症候群 (SIDS) の予防策のひとつとして、医学上の理由がない場合は「あおむけ寝」が推奨されている。

【おむつはずれ】

早めにはずしたほうがいい。

脳とからだの発達が進むと自然にはずれていく。大人の都合を押し付けず、こどもの様子を見ながら、あせらずに進める。

【授乳の間隔】

3時間おきに授乳するといひ。育児書にも書かれていたし、産院などでも指導された。

母乳の場合は赤ちゃんが欲しがったら授乳する。育児用ミルクの場合は、3時間がめやすとなる。



昔



今

【母乳】

数十年前はミルクの利用が流行っていた。

母乳が母子関係の充実や母親の健康増進に役立つことがわかってきた。

【離乳食開始前の準備】

3、4か月から、離乳食の準備として、果汁などをスプーンで飲ませることが勧められていた。

栄養学的な意義が認められていないため、離乳食開始前に果汁を与える必要はない。スプーンの使用は、赤ちゃんの摂食機能の発達に合わせて離乳食開始以降でよい。

【断乳・卒乳】

母子健康手帳に「1歳までに断乳の完了」という記載があった。

こどもが自然とおっぱいから離れることを「卒乳」と表現している。時期については両親の意見を尊重する。



子育ての常識は常に
変化しているのね。

子育ての方法は変わら
ないと思っていたから、違
うことに驚いたな。





昔



今



【むし歯菌は大人からうつる】

大人が噛み砕いた食べものを離乳食としてこどもに与えていた。大人が使っている箸やスプーンで食べさせることも普通だった。

生まれたばかりの赤ちゃんの口にはむし歯菌はおらず、大人から感染することがわかってきた。周囲の大人は、口の中を清潔に保ち、むし歯や歯周病があれば、早めに治療しておく。

【甘い食べもの、飲みものの摂取】

乳歯がむし歯になっても、こどもがぼっちゃりしていても気にしない親が多かった。

甘いものをとりすぎたり、ダラダラと時間をかけてとったりすると、小食、むら食い、好き嫌い、むし歯、肥満などの原因になる。おやつは食事できれない栄養を補うものなので、与えるときは時間と量を決め、内容に注意する。また、普段の水分補給は水や麦茶にする。

【食物アレルギー】

アレルギーについて一般的に知られていなかったため、あまり気にされていなかった。

20～30年前と比べ、食物アレルギーの子が増えている。定期的に診察を受け、医師の指示に従い、父母と医師で決めた治療の進めかたを尊重する。

【湯上がりの白湯】

湯上がりに白湯を飲ませていた。

離乳食が始まる前の水分は、母乳・ミルクで十分。

【成長のめやす】

食べるものが豊富でない時代は「体重が多い」ことが健康の証だと思われていた。

こどもの肥満は小児生活習慣病や大人の肥満、生活習慣病につながるおそれがある。母子健康手帳の「発育曲線」をめやすにし、こどものうちから規則正しい生活習慣を身につける。



昔



今



【日光浴・外気浴】

日光浴をしないと、くる病（ビタミンD欠乏症）になる。

オゾン層の破壊で紫外線が増加したため、母子健康手帳から「日光浴」の記載が消えた。赤ちゃんを外気や温度差に慣らすことを「外気浴」といい、紫外線が強い10～14時の時間帯を避け、直射日光があたらないように注意する。

【チャイルドシート】

チャイルドシートがなかったか、あっても非常に珍しいものだった。

2000年の道路交通法の改正で、6歳未満の乳幼児への使用が義務付けられた。

【自転車のヘルメット】

かぶっている子はほとんどいなかった。

転倒時に頭部への重大なダメージから守るために、自転車に乗る大人と同様に、こどもにもヘルメットを着用させることが努力義務となっている。



医学や研究の進歩、環境の変化などで、子育て方法も変わっていったね。



昔の子育てがどんな風だったか、具体的にわかってよかったわ。

孫に安全な環境を

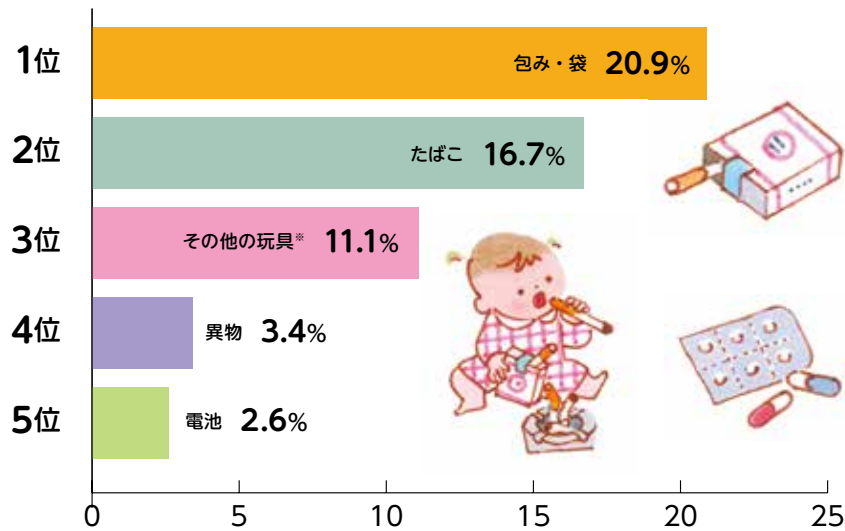
こどもの事故予防

好奇心が旺盛で、危険なことの判断がつかない乳幼児期。からだ未発達でバランスを崩しやすいという特徴もあります。大人が安全に配慮することが必要です。

誤飲

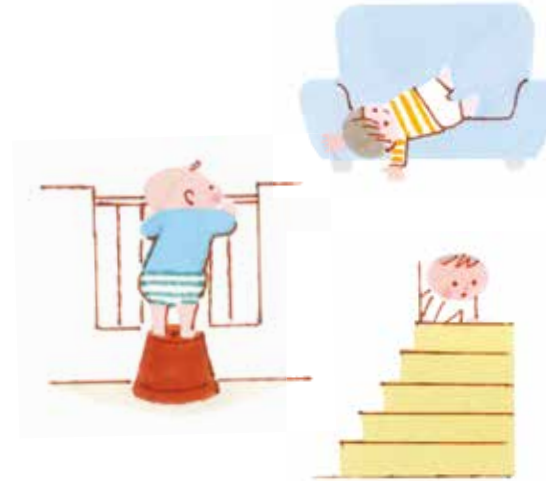
興味のあるものを口に持って行ってしまうのは赤ちゃんの習性です。口に入れてほしくないものは、赤ちゃんの手の届かないところへしまっておきましょう。

こども（0歳）の誤飲事故の原因となったもの（上位5品目）



転落

まだ動かないだろう、そこまで行けないだろうという思い込みから事故が発生しています。



その他の事例

- ベビーベッド（柵をしていなかった）
- ベビーチェア・自転車のこども用シート（いずれも安全ベルトをしていなかった）
- 玄関の段差
- 窓からの転落

水の事故

赤ちゃんは重い頭を持ち上げる力が弱いので、10cmの水位でも溺れてしまうことがあります。



その他の事例

- 洗濯機
- 洗面器にはった水
- こども用プール
- 海・川・池
- 用水路・排水溝
- 公園の水飲み場



誤って薬品や有害物質を飲んでしまったら、かかりつけ医または「公益財団法人 日本中毒情報センター」の電話相談へ →裏表紙参照

ちっ そく 窒息

ひもが首に巻きついたり、のどに物を詰まらせて息ができなくなる状態です。



その他の事例

- ポリ袋をかぶる
- バッグのひもが首に引っかかる
- 口に入れた物を気管に詰まらせる
- 寝ていて吐いたものがのどに詰まる
- 添い寝中に、大人や兄弟がかぶさる

交通 事故

こどもは周囲の危険を予測できず、思いがけない動きをすることがあります。また、乳幼児を車に乗せるときは、チャイルドシートが必要です。



はじめて車に乗るときからチャイルドシートを

6歳未満の乳幼児へのチャイルドシート使用は義務となっています。産院から自宅へ戻るときも、車に乗るなら新生児対応のチャイルドシートが必要です。

「ちょっとの移動だから」「泣くから」とチャイルドシートを使用しなかったことによる、重大事故が起っています。だっこでは事故の衝撃にたえられず、赤ちゃんが腕から離れ、飛び出してしまうのです。

チャイルドシートを必ず正しく使用し、大切な孫の命を守りましょう。

けが・ やけど

大人が注意していれば防げる事故がたくさんあります。



その他の事例

- ひきだしに指をはさむ
- テーブルの角に頭をぶつける
- シンク下の扉を開けて刃物でけがをする
- コンセントで遊んで感電する
- 炊飯器の蒸気や電気ケトルのお湯、置きっぱなしのアイロンでやけどする

わが家の安全対策メモ

Blank lined area for writing safety measures.

昔と変わらない遊びもあります！



楽しく過ごす孫との時間

孫といっしょに遊びましょう。からだを動かす、何かをつくる、話を聞く……。昔も今も、こどもにとってはすべてが遊びになります。

▶ からだを使った遊び

孫はいつもと違う感覚や動きに大喜び。祖父母にとっても軽い運動になります。

こちょこちょ

ねんねのころから小学生になるまで遊べる「こちょこちょ」。やるほうも、やられるほうも、自然と笑合えます。



ギッタン バッコン

おすわりができるようになったら、大人のものの上に赤ちゃんを座らせて手をつなぎ、「ギッタン バッコン」と前後にゆっくり動きます。

※「ギッコン バッタン」など、地域によって異なることがあります。



▶ わらべうたで手遊び

わらべうたを歌いながら指や手を動かす「手遊び」は、いつでもどこでもできます。

「あがりめ さがりめ」

見慣れた顔が、クルクルと変化することにこどもは大喜びです。



「せっせっせの よいよいよい」

アルプス一万尺、おちゃらかホイ、茶摘みなど。



▶ 読み聞かせ

孫をひざに乗せて、同じ目線で絵本を見ながら読み聞かせ。寄り添いながら、お話の世界と一緒にいって行く、幸せなひとときです。

同じ物語を共有できる



想像力が豊かになる

人の気持ちが理解できるようになる

孫が好きな遊び・絵本メモ

Blank lined area for notes.

▶ 伝統的な遊び

昔からある遊びは遊ぶのにちょっとしたコツも必要!? 工夫しながら遊べるので、脳の活性化にも一役買ってくれそうです。

お手玉 1個から、さまざまな遊び方があります。



こま 指先でひねるだけのこまでも、いつまでも楽しめます。



けん玉 全身を上手に使うのがポイント。



折り紙 ただ紙を折ったり、やぶいたりするだけでも、こどもは夢中になります。



世界が広がる!

孫といっしょに出かけよう

家の近くの散歩だって、孫にとっては大冒険。どこに行こうか迷ったら、地域の子育て支援施設はいかがですか。こどもと楽しむイベントが開催されていますし、孫育てのアドバイスももらえます。お気軽にご利用ください。

子育て支援施設・事業

子育て相談や子育てで家庭との交流ができる施設として、地域子育て支援センター(室)を設置している保育所等があります。

また、市内5か所に子育てふれあいプラザ等(のびすく)(P33)があります。

乳幼児向けの絵本やおもちゃがあります。



児童館

遊びを通してふれあい、こどもの健康を増進し、発達を援助する施設です。絵本やパズル・ブロックなど室内で遊べるおもちゃ、からだを動かすことができる遊具などがあります。

0歳から18歳未満のこどもを対象としており、幅広い年代の子どもたちが集まります。



施設の連絡先は仙台市のホームページに掲載しています。詳細は各施設へお問い合わせください。



図書館

本を読んだり借りたりできるだけでなく、本選びのアドバイスをもらったり、さまざまなイベントに参加したりすることもできます。

おはなし会、映画上映、わらべうた、工作などのイベントが開かれています。



園庭開放

保育所（園）や幼稚園、認定こども園では、地域のこどもたちが園庭で遊べる日を設けていることがあります。友だちづくりや園の雰囲気を感じることができます。

保育士や栄養士、看護師などがいて、相談や質問ができる場合もあります。



よかった場所・行ってみたい場所などのお出かけメモ

-
-
-
-

お出かけグッズ

祖父母と孫だけの「はじめてのお出かけ」はドキドキしますね。どんなものを持って行くといいのでしょうか。必需品は月齢・年齢によって異なります。以下を参考にして、父母に確認してください。

おむつ替えセット

おむつ・おしりふき・汚れたおむつを入れる袋・おむつ替えマット（シート）など

着替え

ベビーウェア・肌着・靴下など

タオル

おむつ替え、敷物、エアコンの風よけなど、いろいろな用途に使える

ミルクセット

ほ乳瓶・育児用ミルク・一度沸とうさせたお湯（70℃以上）・湯冷まし

水筒

水分補給のために（水や麦茶など、冷たすぎないもの）

ポリ袋

ゴミなどを入れるのに、あると便利（口を留める輪ゴムなどがあると、さらに便利）

お手ふき

ティッシュのほか、ウェットティッシュもあれば、何かと役立つ

母子健康手帳など

母子健康手帳・健康保険証・子ども医療費助成受給者証・かかりつけ医の診察券・お薬手帳など



お出かけのときの持ちものメモ

-
-
-

地域にもいかしてほしい “祖父母力”

豊かな人生経験を持つ「祖父母」の力を、「地域の孫育て」にもいかしてみませんか。



仙台すくすくサポート事業（ファミリー・サポート・センター事業）

「子育ての援助を受けたい人」と「子育ての援助をしたい人」が会員となり、助け合うしくみです。

協力会員



利用会員



サポートする



謝礼を支払う



サポート
依頼の連絡



サポートの
申し込み



仙台すくすくサポート事業事務局

サポート内容

- ・協力会員の家でこどもを預かる
- ・保育所（園）等への送迎を行う など

- ◆利用会員・協力会員として活動するには会員登録が必要です。
- ◆活動にご興味のある方は、事務局までご連絡ください。

【連絡先】 仙台すくすくサポート事業事務局 ☎022-214-5001

地域の見守り活動

地域や保護者、学校などと連携して、こどもがのびのびと暮らせるまちづくりに、ぜひご協力ください。

自治会・町内会・老人クラブに加入して

地域の子育て世帯との交流を通して顔見知りになることは、こどもたちを事件や事故から守ることにつながります。



防犯協会の活動に参加して

地域の防犯パトロールや登下校時の児童・生徒の見守りなどを行っているところがあります。



こども110番の家に登録して

登下校時や放課後に、こどもたちが困ったり、身の危険を感じたりしたとき、安心して立ち寄れる家のことです。

住民が登録し、玄関などに目印となるマークを貼ります。



祖父母 ↔ 父母 家族の交換日記



預かったときの孫の様子、父母から祖父母へお願いしたいこと、祖父母から父母への質問などを書き込んでおきましょう。

年月日

伝えたいこと

年月日

伝えたいこと

相談窓口

名称	所在地・連絡先
青葉区 保健福祉センター 家庭健康課	〒980-8701 仙台市青葉区上杉一丁目5-1 (代)022-225-7211
青葉区 宮城総合支所 保健福祉課	〒989-3125 仙台市青葉区下愛子字観音堂5 (代)022-392-2111
宮城野区 保健福祉センター 家庭健康課	〒983-8601 仙台市宮城野区五輪二丁目12-35 (代)022-291-2111
若林区 保健福祉センター 家庭健康課	〒984-8601 仙台市若林区保春院前丁3-1 (代)022-282-1111
太白区 保健福祉センター 家庭健康課	〒982-8601 仙台市太白区長町南三丁目1-15 (代)022-247-1111
太白区 秋保総合支所 保健福祉課	〒982-0243 仙台市太白区秋保町長袋字大原45-1 (代)022-399-2111
泉区 保健福祉センター 家庭健康課	〒981-3189 仙台市泉区泉中央二丁目1-1 (代)022-372-3111

のびすく (子育てふれあいプラザ等)

URL <https://www.nobisuku-sendai.jp/>

乳幼児とその家族を対象とした子育て支援施設です。

【ひろば】

乳幼児親子がのびのび過ごせるスペースです。遊び場、飲食スペース、授乳室などがあり、保育士などのスタッフや専門の相談員「のびすく子育てコーディネーター (NoKoCo)」が子育てに関する相談をお受けします。

【情報コーナー】

子育て支援に関する行政情報、幼稚園や保育所などの情報、子育て支援団体のチラシなどを閲覧することができます。

【一時預かり】(有料、予約制)

買い物やリフレッシュなど理由を問わずご利用できます。

■対象年齢 生後6か月から就学前まで

■利用料金 お子さん1人につき1時間600円
(以後30分ごとに300円)

利用方法

利用には、会員登録(無料)が必要です。詳しくは各施設にお問い合わせください。

利用時間・休館日は各館により異なりますので下記をご確認ください。

のびすく 仙台

■所在地 青葉区中央二丁目10-24
仙台市ガス局ショールーム3階

■利用時間 9:30~17:00

【一時預かり】9:30~16:30

■休館日 月曜日、祝日の翌日(土・日・祝日は開館)、年末年始

★問い合わせ ☎022-726-6181

のびすく 泉中央

■所在地 泉区泉中央一丁目8-6 仙台市泉図書館・のびすく泉中央3階・4階

■利用時間 9:30~17:00

【一時預かり】9:30~16:30

■休館日 月曜日、祝日の翌日(土・日・祝日は開館)、年末年始

★問い合わせ ☎022-772-7341

※のびすく泉中央4階では、中高生や子育て支援団体の活動支援などを行っています。

のびすく 若林

■所在地 若林区保春院前丁3-1 若林区中央市民センター別棟等複合施設2階

■利用時間 9:00~17:00 【一時預かり】9:00~16:30

■休館日 月曜日、祝日の翌日(土・日・祝日は開館)、年末年始

★問い合わせ ☎022-282-1516

のびすく 長町南

■所在地 太白区長町七丁目20-5
ララガーデン長町5階

■利用時間 9:30~17:00

【一時預かり】9:30~16:30

■休館日 月曜日、祝日の翌日(土・日・祝日は開館)、年末年始

★問い合わせ ☎022-399-7705

のびすく 宮城野

■所在地 宮城野区五輪二丁目12-70
仙台市原町児童館内

(宮城野区文化センター等複合施設1階)

■利用時間 9:00~18:00

(土曜日は17:00まで)

【一時預かり】9:00~17:30

(土曜日は16:30まで)

■休館日 日曜日、祝日、年末年始

★問い合わせ ☎022-352-9813