

笑顔をつなぐ 孫育て

さいたま市祖父母手帳



はじめに

この手帳は、祖父母世代や親たちのさまざまな愛情に包まれて、「子どもたちが健やかに成長してほしい、幸せになってほしい」との願いから生まれました。わが家の、地域の、また同居・近居をお考えの方の“孫育て”のお役に立てれば幸いです。



もくじ

.....

- 03 わが家に孫がやってきた！
- 04 ① お互いにいいこといっぱい！ 祖父母の“孫育て”
- 06 ② 知っておこう！ 子育ての新常識
赤ちゃんのお世話の基礎知識
ここが変わった！ 子育ての昔と今
- 10 ③ いっしょに考えよう“上手な付き合い方”
～嬉しかったこと・気遣いがほしかったこと～
- 12 ④ 防げる事故から孫を守ろう
- 14 ⑤ 孫といっしょに遊ぼう
- 16 ⑥ 孫とお出かけスポット
- 20 ⑦ 期待しています！ “祖父母力”
- 22 ⑧ “孫育て”を支えるサービスがあります



わが家に孫がやってきた！



孫の誕生の記録

孫の名前：

生年月日：

体重・身長：

お孫さんの写真を貼りましょう。

のびのび
元気にそだってね！

いつも
元気をありがとう！

思い出を
たくさんつくってね！

お孫さんに向けたひと言



お互いにいいこといっぱい！

1 祖父母の“孫育て”

孫(子ども)のメリット

- より多くの愛情を受け、情緒が安定する
- 社会性が育まれる（他者への思いやりや理解が育まれる）
- さまざまな価値観を知ったり、経験したりできる



祖父母のメリット

- 刺激を受けて、元気をもらえる（老化防止になる）
- “孫育て”を通して、地域住民との交流が増える（地域の絆づくり）
- 新たな生きがいを持って、セカンドライフが充実する





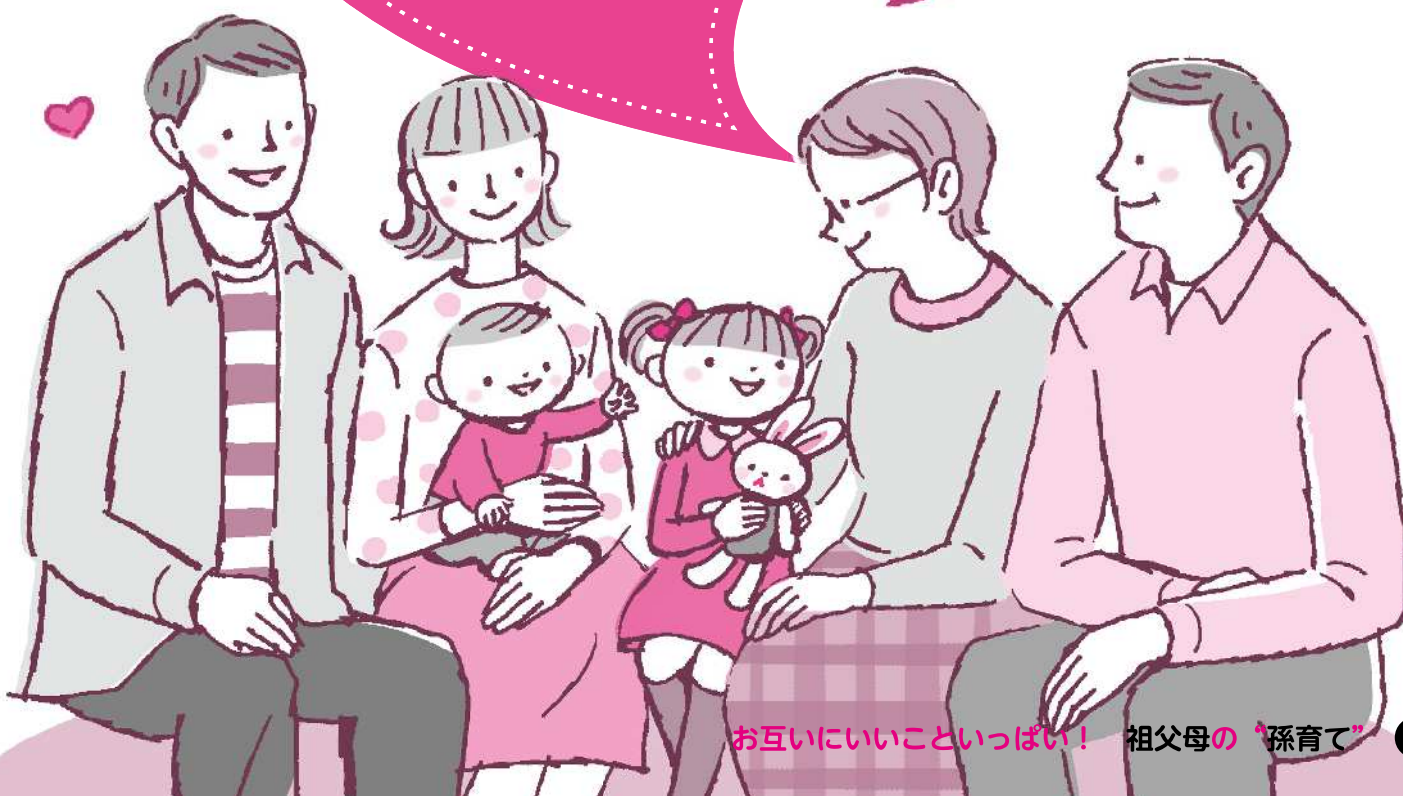
親のメリット

- 子育ての負担やストレスが軽減される
- 余裕をもって子どもと向きあえる
- 子育てと仕事の両立がしやすくなる



家族全体のメリット

病気の時、老後など手助けが必要
なときに支え合える



孫といっしょにしていると若い人や近所の人と話す機会が増えて、楽しい！

⑤



知っておこう！ 子育ての新常識

赤ちゃんのお世話の基礎知識

だっこ しよう

赤ちゃんは、だっこされると愛されていると実感して安心します。
“自分は大切にされる価値ある存在だ”と感じることは、子どもの心の成長に一番大切な、「自己肯定感」を育みます。



横抱き（首がすわるまで）

軽く曲げたひじに赤ちゃんの首を乗せ、もう片方の手で赤ちゃんのおしりを支える。



縦抱き（首がすわってから）

腰を下から抱え、まだ完全に首がすわっていないときは、もう片方の手で首を支える。

授乳を しよう

「おなかがすいたね、たくさん飲んでね」と目を見て語りかけながら、授乳の時間を楽しみましょう。

粉ミルクの作り方

（ミルク缶に作り方が記載されている場合は、記載のとおりに作ります。）

① ミルクを入れる

必ず手を洗い、分量のミルクをすりきって哺乳びんに入れる。



② 哺乳びんに2/3まで お湯を入れる

沸騰後、さましたお湯（70℃以上）を分量の2/3まで入れ、乳首、フードをしっかりとつけて振り溶かす。



③ 残りのお湯を足す

フードをつけたまま乳首をはずし、分量まで70℃以上のお湯を足して軽く振る。



④ 熱さをチェック

手首の内側に2～3滴たらしめて、体温くらいにさめたかを確認する。

⑤ ミルクを飲ませる

乳首を十分にふくませ、乳首の中をミルクでみたくして飲ませる。

⑥ 縦抱きにしてゲップさせる

飲み終わったら縦抱きにして、背中を軽くさすってゲップさせる。

授乳量、回数、冷凍母乳などの授乳に関することは、親と相談しながらすすめましょう。

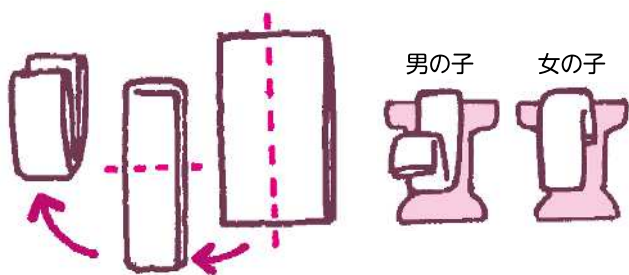
おむつを 替えよう

紙おむつと布おむつのどちらを選んでも、愛情の深さや赤ちゃんの成長に差が出ることはありません。「きれいになったね」と話しかけ、赤ちゃんのおしりや足にふれて、愛情を伝えていきましょう。

布おむつの場合

①おむつを折りたたむ

縦半分→横半分に折るのが基本形。男の子は前を、女の子は後ろを厚く。



②おしりをふく

女の子は前から後ろへ。おしりの下に手を入れて押し上げ、脚を持ち上げない。

③カバーをする

おむつを引き抜き、新しいおむつを敷く。カバーを留め、きつくないか確認。



紙おむつの場合

①紙おむつを広げる

紙おむつを広げて、内側のギャザーを立てる。



②テープを留める

おしりをふく。新しい紙おむつを当て、テープを留める。太もものギャザーを外側に出す。



お口の ケアを しよう

甘い食べ物や飲み物を与えすぎないようにし、ダラダラ食べにも気をつけましょう。乳歯がむし歯になってよくかめないと、心身の発育に悪影響を及ぼします。食事やおやつの時間を決め、「食べたら、歯みがき」を教えていき、最後は大人が仕上げみがきを。乳歯をむし歯から守るのは周囲の大人の役目です。

♡祖父母のノート

お世話ポイントを確認してみましょう！

ここが変わった！子育ての昔と今

子育てを取り巻く情報は変化・進歩するため、祖父母世代と子育て世代の子育ての常識にギャップができてしまいがちです。でも、その違いがわかっているなら、子育てがよりスムーズにできますね。



昔

だっこ

“抱きぐせ”をつけると、赤ちゃんはだっこを求めてしょっちゅう泣くようになる。

だっこは自己肯定感（P6）、人への信頼感が育つなど、心の成長に大切。抱きぐせは気にしなくていい。

授乳

3時間おきに授乳するのがいい。

母乳の場合は、赤ちゃんが欲しがったら授乳する。

卒乳

母子健康手帳に「1歳までに断乳（ママがリードして授乳をやめること）の完了」という記載があった。

自然とおっぱいから離れていくまで、授乳して問題ない。授乳の終わりも「卒乳」とやさしく表現される。

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）から赤ちゃんを守るため、厚生労働省は「医学上の理由で必要なとき以外は、赤ちゃんの顔が見えるあおむけで寝かせるようにしましょう」と啓発している。





昔

離乳食の進め方

母子健康手帳の3、4か月の欄に「果汁やスープを飲ませていますか」という質問があり、離乳食の準備として果汁をスプーンで与える（味慣らし、スプーン慣らし）。



離乳食は大人が噛み砕いた食べ物を子どもに与える、箸やスプーンを共有する。



むし歯の予防

果汁の過剰摂取による乳汁の摂取量の減少から低栄養や発育障害との関連が報告されており、果汁を与えることはすすめられていない。スプーン等の使用は離乳を開始する5、6か月ごろでよい。また、湯上りの水分は母乳・ミルクで十分。はちみつを与えるのは1歳を過ぎてからにする。

生まれたばかりの赤ちゃんの口の中にむし歯菌はいない。むし歯菌は、大人の口からうつることがわかってきた。周囲の大人はむし歯を治療し、箸やスプーンを共有しない。また、毎日の歯みがきをしていねいに行い、定期的に歯科健診を受けて口の中をチェックしておく。

おむつはずれ

早めにはずしたほうがいい。

大人の都合ではなく、子どもの体調や発達をみながら、のんびりと進める。

日光浴

日光浴をしないとくる病（ビタミンD欠乏症）になる。



1998年から、母子健康手帳から「日光浴」の記述が消え、赤ちゃんを外気や温度差に慣らす「外気浴」を勧める記載になった。外気浴の際は、紫外線が強い時間帯（10時～14時）はなるべく避け、帽子などで直射日光を受けないように注意する。

歩行器

歩行器は、赤ちゃんの歩行訓練になる。

「おもちゃ」であって、歩行開始を早めるための道具ではない。

孫の習い事に付き合ううちに、自分も始めた。共通の話題ができてうれしい。

祖



いっしょに考えよう

“上手な付き合い方”

～嬉しかったこと・気遣いがほしかったこと～

祖父母にとっては、生活に張りが出るなど、孫とかかわることの魅力は多いですね。祖父母と親が、子育てについての共通の情報を持ち（P 6～9）、「ここを任せて」「これを手伝って」というお互いの領域をきちんと伝えと、よりよい関係が築けそうです。

さいたま市のアンケート調査より

祖父母側

嬉しかったこと

♥感謝される

- ・“ありがとう”“助かった”と感謝の言葉がある（60歳代）

♥頼りにされる

- ・人生の先輩としての助言を求められた（60歳代）

♥大切にされる

- ・おけいこ事の発表会や旅行、お花見に誘ってくれた（60歳代）

気遣いがほしかったこと

◆意見を否定される

- ・時代が違うと言われた（60歳代）

◆その他

- ・聞き流された（70歳代）



親世代とのお付き合いのコツ

- “まあ、いいか”の気持ちを持つのがコツ（60歳代）
- 親世代を信頼して、自分の考えを押しつけない（60歳代）
- 何かするときには親に聞いてから行動する（60歳代）
- 親のほうから頼まれたら出番です（60歳代）
- 若返りと思って、（孫との）毎日を過ごしていこう（70歳代）



祖父母側

嬉しかったことや
感謝の言葉など伝えてみませんか？

親側

親側

嬉しかったこと

♥子どもの面倒をみってくれる

- ・病院に行く時、預かってくれた (40歳代)
- ・よく遊んでくれる (40歳代)
- ・急な残業の時、預かってくれた (30歳代)

♥子どもの個性を認めてくれる

- ・“赤ちゃんは泣くものだから”と言われて、気が楽になった (30歳代)

♥いたわってくれる

- ・上手に育てているね。ありがとう (30歳代)
- ・子どもはみているから、夫婦で出かけてきていいよ (30歳代)

♥そのほか

- ・孫に会うたび、デレデレになっている姿 (20歳代)
- ・成長をいっしょに喜んでもらえる (20歳代)
- ・(子どもは) ママやパパが大好きだね (30歳代)
- ・食事の用意をしてくれた (30歳代)
- ・話し相手になってくれる (30歳代)



気遣いがほしかったこと

◆子育てに口出ししてくる

- ・子育て論を押しつけてくる (20歳代)

ここがポイント!

親の子育ての方針をまずは認めよう

◆親の批判をする

- ・母乳よりミルクをやるように言われた (20歳代)
- ・ミルクが足りないんじゃない? (30歳代)
- ・離乳食がおいしくないんじゃない? (30歳代)

ここがポイント!

親の子育てを否定せず、まずはほめよう

◆昔の知識で接する

- ・自分の使った箸でごはんをあげようとする (20歳代)

ここがポイント!

現代の子育て方法を知ろう (P6~9)

◆そのほか

- ・毎週会いに来る (30歳代)
- ・勝手に買い与えてしまう (30歳代)
- ・写真やメールを催促されるとプレッシャーがかかる (30歳代)

孫と元気に付き合えるように、夫婦で健康に気をつかうようになりました。

祖

祖父母世代とのお付き合いのコツ

細かいことは気にせず、ある程度流せるくらいがいい (30歳代)
「親しき仲にも礼儀あり」程良い距離感がいいと思う (40歳代)





防げる事故から 孫を守ろう

子どもの死因のうち、不慮の事故が大きな比率を占めます。大人が環境を整えるなど、気をつけることで事故を未然に防ぎましょう。

キッチン・ダイニング

- 炊飯器やポットは手の届かないところへ
- テーブルクロスは引いて湯などをこぼすのではずす
- 流しの下に、包丁や洗剤など危険なものを置かない

玄関

- ドアの開閉で手足をはさまないように

リビング・寝室

- たばこや灰皿、ライターは手の届かない場所に移動
- ソファなど高いところに寝かせない
- ベビーベッドは常に柵を上げておく
- コンセントは感電防止のキャップを
- アイロンは使い終わったらしまう
- 口に入る小さなおもちゃは与えない
- 小銭やクリップなどを放置しない
- 角が鋭い家具は、角にクッションテープをつける



屋内

階段

- 上り口や下り口に柵をつける
- ひとりで上り下りさせない
- すべり止めをつける



風呂場など

- 浴槽や洗濯機に水をためておかない
- 洗剤、化粧品、医薬品は手の届かない場所に移動



ベランダ

- 踏み台になるものは置かない
- 窓の開閉で指をはさまないように



屋外

車

- 必ずチャイルドシートを使用する
- 車外に飛び出さないようドアにロックをかける
- 車の近くにいるときは目を離さない



自転車

- 自転車に乗せたまま離れない
- シートベルト、ヘルメットを装着する



公園

- 首回りにフードやひものついた服は着せない
- 肩掛けカバンやマフラーははずす
- 目を離さない





孫といっしょに遊ぼう

子どもは、遊びをとおして体の動かし方を学び、創造性や想像力をぐんぐん伸ばしていきます。スキンシップやコミュニケーションの絶好の機会です。ときには本気になって遊び、孫といっしょに楽しい時間をすごしましょう！

★読み聞かせ

寄り添って読み、共感する読み聞かせの時間は、子どもの幸せな記憶となり、成長の糧になります。図書館で孫といっしょに本を選ぶのも楽しいひとときですね。



「あがりめ さがりめ」

クルクル変わる表情に
子どもは大喜び。



★手遊び

「ずいずい ずっころばし」

指はどこで止まるのかな？
ドキドキ感が楽しい！

指や手を動かして、素朴なわらべ歌に合わせてさまざまな表現をする「手遊び」。何も道具がなくても、たちまち子どもを笑顔にする魔法の遊びです。



ほかにも… おべんとうばこのうた、いとまきのうた、げんこつ山のたぬきさん

昔遊び

「ぽっくり下駄」

昔は空き缶とひもを結んで手作りして遊んだものですね。



幾世代にもわたり語りかけと手を使って伝えられてきた遊び。子どもといっしょにトライ！

「こま」

小さい子は、両手のひらや指先でひねるこまからスタート。



「お手玉」

“あんたがたどこさ”などのわらべ歌に合わせて楽しく遊びましょう。



「けん玉」

手先だけでなく、ひざの屈伸を使うなどのバランス感覚が大事！



孫とお出かけ スポット

さいたま市内には、子どもがのびのびと利用できる公共の子育て支援施設や公園などがたくさんあります。子育て支援施設では「子どもとどうやって遊べばいいかわからない…」ときはアドバイスがもらえ、子どもといっしょに楽しめるイベントを開催しているところもあります。お気軽にご利用ください。

① 単独型子育て支援センター

0～3歳未満の子どもと保護者が利用できます。おもちゃや絵本で遊ぶことができ、季節のイベントも行っています。

単独型子育て支援センター 一覧 [市外局番048]

名 称	所在地	問合せ電話番号	相談専用電話	閉室日 (祝休日・年末年始・第5日曜日は共通)
にし	西区三橋6-382-1 2階	625-1300	左記と同じ	第1・第3木曜日
きた	北区宮原町3-432-2 岸ビル201	662-0022	662-0023	第2・第4水曜日
おおみや	大宮区桜木町1-185-2 のびのびプラザ大宮3階	649-3030	650-6800	第1・第3月曜日
みぬま	見沼区大和田町 1-1387-1	747-4531	747-4532	第2・第4木曜日
よの	中央区本町東3-5-23 いーよの2階	840-1788	840-1789	第2・第4火曜日
さくら	桜区栄和6-9-4	859-3031	左記と同じ	第1・第3火曜日
うらわ	浦和区高砂1-2-1-309号 エイベックスタワー浦和・ オフィス東館3階	814-0481	814-0480	第2・第4月曜日
みなみ	南区別所7-20-1 サウスピア1階	844-7223	844-7226	第2・第4月曜日
みどり	緑区東浦和7-20-4	874-7388	070-5465-3043	第2・第4水曜日
いわつき	岩槻区本町3-1-1 WATSU西館4階	790-0020	790-0021	第2火曜日・WATSU西館休館日

※上記は、令和7年1月現在の状況です。

※他に保育施設併設型もあります。詳しくはさいたま子育てWEB(P19)で。

2 のびのびルーム

つどいの場・遊び場として、放課後児童クラブの空き時間を無料で開放しています。ルームマネージャーがおもちゃや絵本を用意して、お待ちしております。はじめての方も大丈夫。公園代わりに気軽に立ち寄れるところです。

対 象：0～3歳未満の子どもと保護者
 利用時間：学校が開校している平日（月～金曜日、ただし早帰りの日を除く）の午前9時から11時30分まで
 所 在 地：さいたま市内31か所
 問 合 せ：各のびのびルーム

3 児童センター

子どもたちが自由に遊び場を共有し、ふれあい、学びあい、健康を育める場です。子どもと保護者が、いっしょに遊べます。

対 象：0～18歳未満の子どもとその保護者
 利用時間：9時～18時
 休 館 日：祝休日（こどもの日・敬老の日及び文化の日を除く）・年末年始（12/29～1/3）
 所 在 地：さいたま市内18か所
 問 合 せ：各児童センター

4 子ども家庭総合センター（あいぱれっと）

乳幼児の遊び場「ぱれっとひろば」や小学生が自由に遊べる「屋根付き運動場」、中高生年代を対象とした「中高生活動スペース」の他、休憩スペースや保護者の交流の場もあります。

また、子どもや家庭に関するあらゆる相談を受け付けている「なんでも子ども相談窓口」（P22）や、子どもたちがやってみたいと思う遊びを、子どもたち自身が考えて遊ぶことができる常設のプレーパーク「冒険はらっぱ」などもあります。

利用時間：9時～20時
 ※「冒険はらっぱ」は、4月～9月は10時～17時、10月～3月は10時～16時
 休 館 日：水曜日（水曜日が祝・休日の場合はその次の平日）、年末年始。
 ※「冒険はらっぱ」は、上記に加え、木・第2火曜日
 所 在 地：浦和区上木崎4-4-10（与野駅東口から徒歩約7分）
 問 合 せ：☎ 048-829-7043
 FAX 048-832-0127

5 図書館

図書館では、本選びのお手伝いやおはなし会、子ども向け映画会、人形劇など、さまざまなイベントを行っています。詳しくは、お近くの図書館にお問合せください。

ホームページ ▶ <https://www.lib.city.saitama.jp/>

6 公園

大宮花の丘農林公苑

大きなお花畑に行ってみよう！

広大な敷地にチューリップ・ポピー・サルビア・コスモスなど、四季折々の花が楽しめる公園です。夏は親水広場で子どもの水遊びもできます。

▶西区西新井124

秋ヶ瀬公園

豊かな自然を体全体で感じよう！

荒川河川敷にある自然とふれ合える緑地公園です。スポーツ施設のほかに、芝生広場、子供の森、ピクニックの森、バーベキュー場などもあります。

▶桜区大字栄和 ほか

別所沼公園

水と緑が気持ちよく、孫とのお散歩にぴったり！

毎月第2・4土曜日、第1～第4木曜日には、あそびの森が主催する「別所沼プレイパーク」が開催されています。詳しくは、あそびの森ホームページ等でご確認ください。

▶南区別所4-12-10

沼影公園

通年で利用できる屋内25mプールで遊ぼう！

土日祝日は水深の浅いエリアもあって小さいお子さんも安心！がつつり泳ぎたい方は競泳者向けのコースも確保されているのでレベルに合わせて泳ぐことができます！

▶南区沼影2-7-35

大宮公園

遊具や動物園があり、
家族連れで賑わう公園！

桜の名所で有名な公園です。小動物園では、ツキノワグマやニホンザル、フクロウや鶴などが見られます。また、レトロ感ある乗り物で遊べる児童遊園地もあります。

▶大宮区高鼻町 ほか

岩槻城址公園

遊具や広場で、のびのび遊ぼう！

広場や複合遊具があるわんぱく広場もあります。また、春には「流しびな」や「桜まつり」、秋には「人形供養祭」などのイベントが行われます。

▶岩槻区太田3-1-1

市民の森・見沼グリーンセンター

「りすの家」のシマリスたちに会いに行こう！

市民の森には、シマリスを間近に見ることができる「りすの家」、緑豊かな樹木に囲まれた広い芝生広場があります。一日中孫と楽しめるスポットです。

▶北区見沼2-94

大崎公園・子供動物園

「どうぶつひろば」で動物たちとふれ合おう！

子どもたちが思いっきり遊びまわれる、芝生の大広場があります。公園内にある子供動物園では、ヨーロッパフラミンゴやヒツジなどの中小動物が見られま

▶緑区大崎3170-1

お出かけスポットの詳しい情報を知りたいときは・・・

無料で
配布している
冊子を
ご利用ください



各区役所支援課、各区保健センター、子育て支援センター、児童センターなどで配布しています。また、市ホームページでは、各冊子のPDFデータがご覧いただけます。

★子育てマップ

市内各区ごとに、子育て支援センターなど、地域にある子育て関連施設がひと目でわかるマップを作成しています。

★子育て応援ブック

子育てに関する制度や相談窓口などを掲載した情報誌です。



子育てマップ



子育て
応援ブック

子育て
情報サイトを
ご利用ください



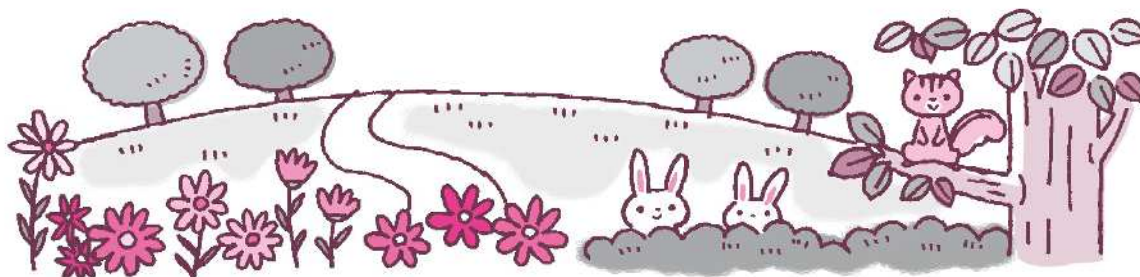
★さいたま子育てWEB

さいたま市公式の子育て情報の総合サイトです。子育てに関する情報が満載です。

<https://www.city.saitama.lg.jp/kosodate/index.html>

さいたま子育てWEB

検索





期待しています！ “祖父母力”

あなたの周りには、豊かな人生経験を持つあなたを必要としている子育て家庭があります。地域の“孫育て”を通して社会に関わることは、地域貢献となるばかりでなく、あなた自身にやりがいや充実感をもたらすチャンスでもあります。

あなたも「地域の祖父母」になってみませんか？



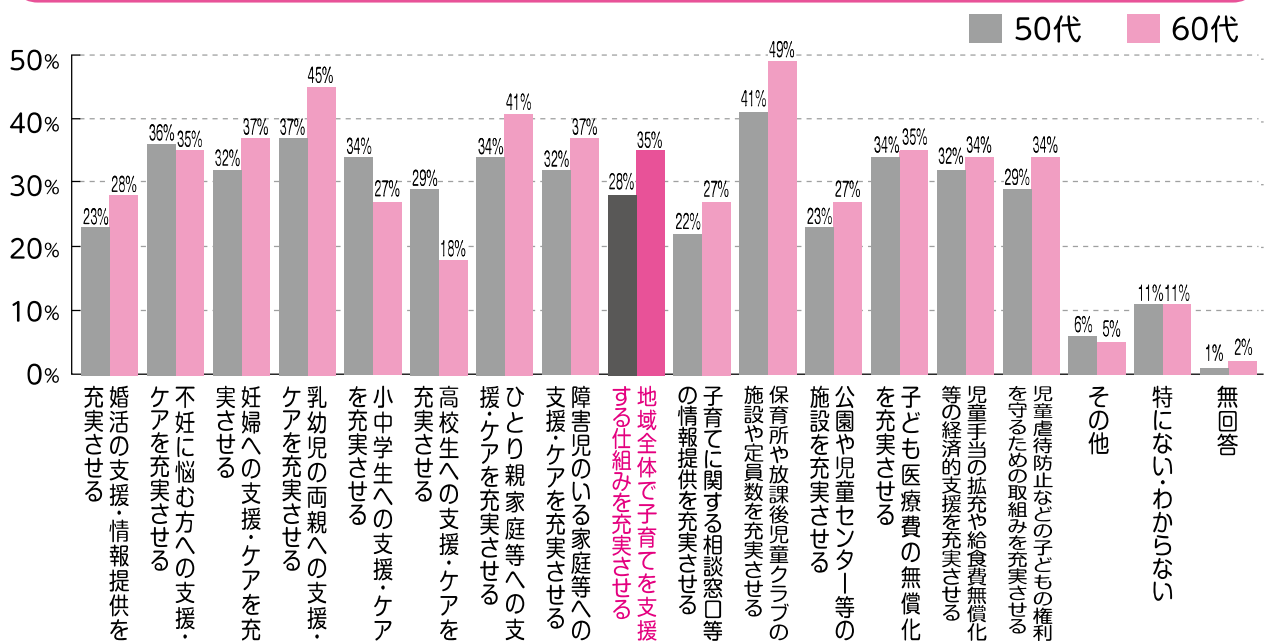
■ 子育てを支える地域のきずな

さいたま市内の子育て世代の女性に今後力を入れてほしい施策を尋ねたところ、20歳代の約4割、30歳代の約6割が「**子育て支援**」と回答し、重視されていました。

一方、祖父母世代に少子化対策・子育て支援で特に重視することを聞いたところ、約3割の方が「**地域全体で子育てを支援する仕組みを充実させる**」と回答し、様々な支援の中において、地域での子育て支援も重視されていることが伺えます。

周囲からの支えを実感している親は精神的に安定し、子どもにもよい影響があることがわかっています。次世代を担う子どもの健全な育ちのために、祖父母世代の協力が必要です。

「子育て支援」で特に重視すること



(データ出典) 令和6年度さいたま市民意識調査

■ “地域の祖父母” 活躍のステージ

●さいたまファミリー・サポート・センター

子育ての援助を受けたい人（依頼会員）と、子育ての援助を行いたい人（提供会員）が会員になり、助け合う会員組織です。

（サポート内容）

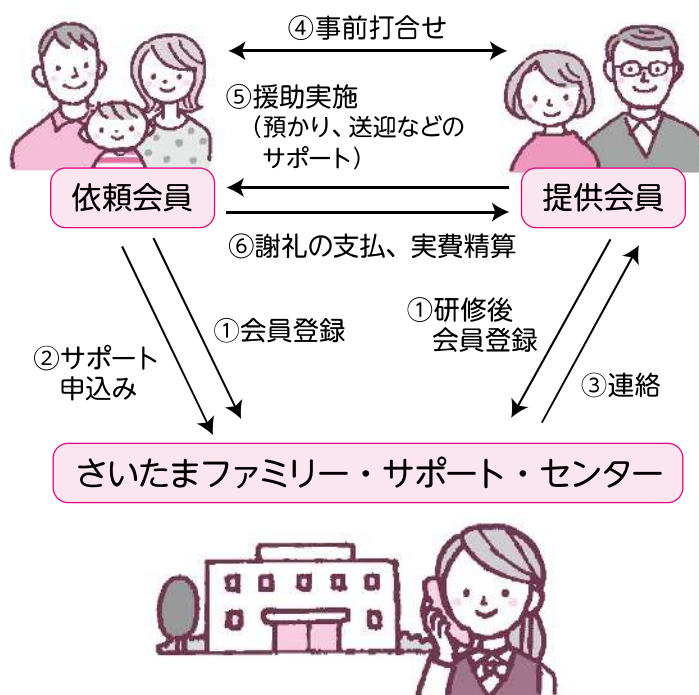
- ・保育所や放課後児童クラブなどへの送迎
- ・保育開始・終了時間の前後などの子どもの預かりなど

（ホームページ）

<https://saitamafamisapo.blog.shinobi.jp/>

（問合せ）

☎048-814-1415
FAX 048-814-1416



■■■■■■■■■■ 提供会員の体験談 ■■■■■■■■■■

● Fさん
70歳代

1年生の時から預かっているYちゃん。3年生になるとこんなに成長するのかと、感心するばかりです。安心して親が働けるよう、ささやかながらお手伝いでき、私自身の喜びであります。

● Oさん
40歳代

お母さんのお仕事や外出の時にお子さんを預かったり、学校にお迎えに行ったりと、自分の空いた時間にさまざまな援助をしてきました。今回は、1歳になったばかりのH君。外遊びが大好きで、靴や上着を持ってきたり、外へ行こうと誘ってきます。本当にかわいらしく、気分は孫を見るおばあちゃんになっています。新しい出会いを、いつも楽しみにしています。

●子育て緊急サポート事業

病児・病後児・宿泊を伴う出張等、急を要する子どもの預かりをサポート会員が行います。

（ホームページ）

会員登録ができます

<https://saitama.take-uma.net/>

（問合せ） ☎048-297-2903

FAX 050-3488-0147





“孫育て”を支える サービスがあります

[市外局番048]

子育て応援ダイヤル ☎829-1943 FAX 829-1960

“孫育て”に関する疑問のあれこれ、「どこに聞いたらいいの?」と思ったときにご利用ください。子育て支援総合コーディネーターが情報をお調べしたり、必要に応じて専門の機関をご紹介します。

相談時間：月～金曜日 9時～12時、13時～17時 祝休日・年末年始を除く

なんでも子ども相談窓口 ☎762-7757 FAX 711-8904

メールアドレス nandemo-kodomo@city.saitama.lg.jp

おおむね15歳までの子どもや家庭に関するあらゆる相談についてお話をうかがいます。

相談受付時間：月・火・木・金曜日 9時～18時30分
土・日・祝日 9時～16時30分 年末年始を除く

子育てで困ったときの相談窓口

	支援課 児童福祉係	支援課 こども家庭総合相談係	家庭児童相談室	保健センター	こども家庭センター (妊娠・出産包括支援担当)
西 区	☎620-2661 FAX 620-2766	☎620-2660 FAX 620-2766	☎620-2663 FAX 620-2766	☎620-2700 FAX 620-2769	☎620-2705 FAX 620-2769
北 区	☎669-6061 FAX 669-6166	☎669-6060 FAX 669-6169	☎669-6063 FAX 669-6169	☎669-6100 FAX 669-6169	☎669-6102 FAX 669-6169
大宮区	☎646-3061 FAX 646-3166	☎646-3135 FAX 646-3169	☎646-3063 FAX 646-3169	☎646-3100 FAX 646-3169	☎646-3130 FAX 646-3169
見沼区	☎681-6061 FAX 681-6166	☎681-6041 FAX 681-6169	☎681-6063 FAX 681-6169	☎681-6100 FAX 681-6169	☎681-6042 FAX 681-6169
中央区	☎840-6061 FAX 840-6166	☎840-6065 FAX 840-6115	☎840-6063 FAX 840-6115	☎840-6111 FAX 840-6115	☎840-6112 FAX 840-6115
桜 区	☎856-6171 FAX 856-6276	☎856-6170 FAX 856-6279	☎856-6173 FAX 856-6279	☎856-6200 FAX 856-6279	☎856-6202 FAX 856-6279
浦和区	☎829-6139 FAX 829-6239	☎829-6056 FAX 829-6239	☎829-6144 FAX 829-6239	☎824-3971 FAX 825-7405	☎824-5000 FAX 825-7405
南 区	☎844-7171 FAX 844-7276	☎844-7169 FAX 844-7279	☎844-7173 FAX 844-7279	☎844-7200 FAX 844-7279	☎844-7202 FAX 844-7279
緑 区	☎712-1171 FAX 712-1276	☎712-1155 FAX 712-1279	☎712-1173 FAX 712-1279	☎712-1200 FAX 712-1279	☎712-1201 FAX 712-1279
岩槻区	☎790-0162 FAX 790-0266	☎790-0161 FAX 790-0266	☎790-0164 FAX 790-0266	☎790-0222 FAX 790-0259	☎790-0223 FAX 790-0259

緊急時の連絡先・相談先一覧

●携帯電話やスマートフォンにも登録しておきましょう

	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			
タクシー会社			

●子どもが急病になったとき、受診したほうがよいかわからないとき

発熱・嘔吐・下痢・誤飲・発疹など、子どもの急病で困ったときに、看護師からアドバイスを受けることができます。

さいたま市子ども急患電話相談 ☎048-825-5252 FAX 048-825-5254

相談時間：月～金曜日 17時～翌9時

土・日曜日、祝・休日、年末年始(12月29日～1月3日) 9時～翌9時

対 象：さいたま市に居住、又は滞在する子ども及びその保護者並びに家族等

埼玉県救急電話相談 ☎#7119

※都県境の地域で、ダイヤル回線、IP電話、光電話、携帯電話をご利用の場合は、☎048-824-4199におかけください。

※これまでどおり ☎#8000 又は ☎048-833-7911 から電話をかけられます。

相談時間：365日24時間対応

●子どもの誤飲事故が起こった場合

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 ☎072-726-9922

専用電話 (365日24時間対応、自動音声応答による情報提供)

※いずれも情報料は無料、通話料はかかります。

広告

学ぶ意欲が入学資格!

放送大学はテレビ・インターネットを使って
自宅で学べる正規の大学です。

あなたも放送大学で学んでみませんか?



入学相談、随時受付中!



放送大学 埼玉学習センター

〒330-0853 さいたま市大宮区錦町 682-2 JACK 大宮ビル内



048-650-2611

(9:30~12:00, 13:00~17:30) 閉所日: 月曜・祝日

さいたま市祖父母手帳

平成27年12月 初版発行

令和 7年 3月 第10版発行

●発行

さいたま市 子ども未来局 子ども育成部 子育て支援課

〒330-9588 さいたま市浦和区常盤 6-4-4

TEL 048-829-1271 FAX 048-829-1960

kosodate-shien@city.saitama.lg.jp

●編集・デザイン

株式会社東京法規出版

この冊子をさいたま市の許可なく配布したり、改訂したり、転載したりすること、及び個人的かつ非商業的な目的以外で使用することを禁じます。

この「祖父母手帳」は5,000部作成し、1部当たりの印刷経費は77円です。

(広告料収入を差し引いた市の負担は1部あたり約75円です。)



ユニバーサルデザイン (UD) の考え方に基づき、より多くの人へ適切に情報を伝えられるよう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。

