



袖ヶ浦市

ファミサポ通信 Vol.53

ファミサポイメージキャラクター
あい
愛サポちゃん

利用会員	202名
提供会員	43名
両方会員	13名
合計	258名

（1月15日現在）

発行：袖ヶ浦市役所子育て支援課 / 編集：ファミリーサポートセンター

ファミリーサポートセンターとは、子育ての手助けを頼みたい方と、子育ての手助けができる方が会員となって組織をつくり、一時的な子育てを助け合う有償の相互援助活動です。

新年あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

去年は毎日のように新型コロナウイルスのニュースを見る日々でした。今年はソーシャルディスタンスやマスクに悩まされることなく過ごせるよう祈るばかりです。早くのびのびと遊ぶ子どもたちの姿を見たいですね。

アドバイザーより



10/22(木) 第1回学習会「小児看護の基礎知識」



11/13(金) 基礎研修会



皆様のご参加、ありがとうございました。
アドバイザー 一同



12/14(月) 第2回主催講座
「クリスマスの窓飾りを作ってみよう！」

❖ 今後の予定 ❖

- 2月18日（木） 第2回子育て学習会「乳幼児救急講習」
- 3月15日（月） 提供会員・両方会員安全研修
- 3月24日（水） ファミサポ説明会



新型コロナウイルス感染拡大防止のため、変更になる場合があります。最新情報はファミリーサポートセンターにお問い合わせください。

第1回子育て学習会 「小児看護の基礎知識」報告

R2年10月22日(木) 10~12時 保健センター
3名参加(提供会員3名)

学習会の様子



学習会では、「発熱・嘔吐・下痢・咳」などの様々な病気症状の観察の仕方や感染予防対策、更に新型コロナウイルス感染症について学びました。その中から、夜間救急診療の受診理由で上位の「発熱」と、「感染予防対策」について紹介します。

発熱 子どもの体温は大人より高い! 38度以上が、明らかな発熱です。

- ◇手足が冷たく寒気がある時は、体温の上がり始めです。布団を増やすなどして保温しましょう。
- ◇手足が熱くなって、顔もほてってきた時は、薄着にしたり、頭を冷やしたりして、熱を発散させましょう。
- ◇熱でつらそうな時は、氷枕などで頭や首を冷やしましょう。氷枕は、肩や体に当たらないよう注意しましょう。
- ◇解熱剤の使用について…38.5度以上で元気がない場合は使用しても良いでしょう。使用する間隔は6~8時間以上はあけましょう。※医師の指示に従いましょう。元気があったり、よく寝ている場合、使用する必要はありません。

感染予防対策 特定の病気に限らず、様々な感染症の予防に努めましょう。

- ◇感染防止の3つの基本①身体的距離の確保…人との距離は少なくとも2m。会話は真正面を避ける。
- ②マスク着用…外出時、屋内にいる時、会話をする時はマスクを着用する。
- ③手洗い…帰宅したら、手や顔を洗う。手洗いは、30秒程度かけ、石けんで丁寧に。



『手洗いの実習』
手洗いをした後に
特殊な機械で可視化



<手洗い時に洗い残しの多い部分>

- ・指先
- ・爪と皮膚の間、甘皮の部分
- ・手のひらのしわ
- ・親指の付け根、ひくらみ
- ・手首

☆意識して、しっかり洗いましょう!

- ◇免疫力を強くして感染症に負けない体を作ろう!
免疫を高める5つのポイント
- ①食生活…たんぱく質・色の濃い野菜を摂る。
- ②腸内環境を整える…免疫機能の60~70%が腸内で作られる。
- ③唾液を分泌させる…喉や口内の乾燥に注意する。
- ④体温を上げる…筋力をつけて体温を上げる。
- ⑤運動…家事をしながら、大きな動きをするなどでも良い。

第2回 子育て学習会のご案内 「乳幼児救急講習」

提供・両方会員の方は必須研修です。以前に受講済みの方も5年に1度以上の受講が必須に変更になっていますので、あらためての受講をお願いいたします。動きやすい服装でお越しください。
なお、中央消防署からの要請により、現在64歳以下の方のみ受講可能になっています。

日時：令和3年2月18日(木) 10時~12時 場所：保健センター2階 母子保健室

対象：ファミリーサポートセンター会員

定員：7名 申込〆切：2月16日(火) 16時

保育：定員3名(2歳以上) 保育〆切：2月10日(水) 16時

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、延期又は中止することがあります

第2回 ファミサポ主催講座 報告 「クリスマスの窓飾りを作ってみよう！」

R2年12月14日(月) 10~12時 市民会館
5名参加(提供会員2名、利用会員1名、会員外2名)

寒い日や外に出られない日でも、家で簡単に作れるおりがみ製作をしました。トランスパレント紙という半透明のおりがみを使い、綺麗な幾何学模様の星を作りました。北欧ではクリスマスの時期に窓に貼り、光を通した深い色合いを楽しむそうです。窓に貼った見本を見ながら、それぞれ好きな色や形を作りました。



10 cm角の紙を折ります

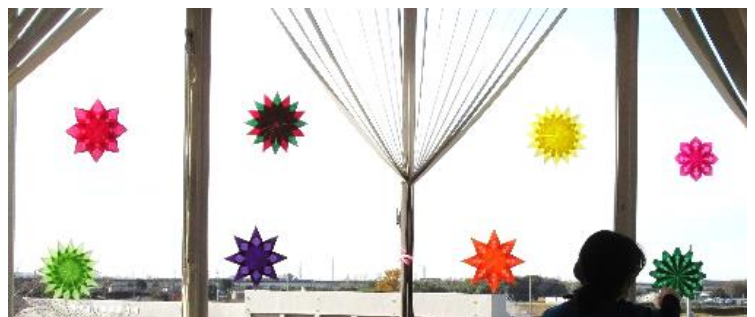


貼り合わせて出来上がり！

《 参加者の声より 》

- 楽しかったです。かんたんで、きれいなのが出来てよかったです。ありがとうございました。
- とてもいい企画だと思います。折り紙だけではなく色々活用できるのではと夢がふくらみました。
- 時間が経つのも忘れて、集中して折っていました。だんだんと慣れてくると、折る作業がとても楽しくなって、次々と作れました。とってもきれい飾りがつくれてうれしかったです。家で子どもと一緒にやってみたいと思います。
- 黙々と作業するのは久しぶりで楽しかったです。家でも子どもたちと作ってみたいです

素敵な作品ができました！



提供会員・両方会員 安全研修 案内

提供会員・両方会員の皆さま、日頃から援助活動にご協力いただきましてありがとうございます。R1.6.25に改訂された安全チェックリストを確認しながら、安全に援助活動を行うための研修を行います。この研修は、令和元年度から受講が必須とされ、新たに実施するものです。また、学習会を全項目受講された提供会員・両方会員さんに「修了証」の授与をいたします。ぜひ、ご参加ください。

日時：令和3年3月15日(月) 10:00~12:00

場所：保健センター1階 集団指導室

対象：提供会員・両方会員 定員：10名

申込〆切：令和3年3月12日(金) 16時

保育：定員3名(2歳~就学前) 保険代でひとり200円

保育申込〆切は令和3年3月6日(土) 16時。2歳未満のお子さんの同席はできません。

申し込み・問合せ：ファミリーサポートセンター 電話・FAX 0438(64)3115

※新型コロナウイルス
感染拡大防止のため変
更する場合があります

☆センターからのお願い☆

登録内容に変更がありましたら、必ずセンターへご連絡ください！

○引っ越しました

○お子さんが入園・入学・学童クラブに登録した

○電話番号が変わりました

○赤ちゃんがうまれました(6カ月になったら登録できます) など

利用会員さんへ

○援助の依頼をしたら必ずセンターにご連絡ください

○援助をキャンセルしたときも同様にご連絡をお願いします

連絡のない援助活動は補償保険の対象になりません！

☆提供会員さんを募集しています！☆

ファミリーサポートセンターでは、援助活動を行ってくれる提供会員さんを募集しています！！
袖ヶ浦市在住の20歳以上の方が対象で、事前に研修と救急講座を受講してから活動開始です。
お近くに地域の子育てを手助けしてくださる方がいらっしゃいましたら、ぜひご紹介ください！！



☆新型コロナウイルス感染症に関する対応について☆

- ・出来る限りの感染予防対策をお願いします。手洗い、うがい、アルコール消毒や換気を行い、必ずマスク着用をお願いいたします。
- ・新型コロナウイルス感染症はファミサポ補償保険の対象外ですのでご注意ください。
- ・利用会員とお子さん、提供会員のみなさんそれぞれが、活動前に体温を測定するなど、健康状態を確認してください。
- ・活動前に体調がすぐれないと感じたら、無理をせず利用や援助活動を控えてください。
- ・同居のご家族に発熱などの風邪症状があるときや味覚・嗅覚異常があるときも活動を控えてください。
- ・活動中に発熱等の症状がみられた場合は、活動を中止して、すぐにお迎えをお願いします。

ファミサポの活動は『おたがいさま』の気持ち、『会員同士の信頼関係』で成り立っています。お互いに納得したうえで援助活動をおこなってください。

＝編集後記＝

毎日コロナウイルスのニュースを耳にします。
感染防止策を続けていますが、なかなか収束に至らず「コロナ疲れ」を感じてきていませんか？
「コロナ疲れ」から回復するには、「感情を動かす」ことが大事だそうです。ドラマやスポーツをみて一時的でもその世界に浸って泣いたり笑ったりすることで気持ちをリセットして、心の健康を保って乗り切りましょう！ (Y.U)

(問い合わせ)

袖ヶ浦市ファミリーサポートセンター
〒299-0257 袖ヶ浦市神納 1136-3
(そでがうらこども館内)

電話・FAX 64-3115

開所時間：午前9時～午後5時
(日曜日・祝祭日・年末年始 休所)