



# 袖ヶ浦市

# ファミサポ通信 Vol.48

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	188名
提供会員	46名
両方会員	13名
合計	247名

（8月1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。

令和になって初めての夏休み、皆様いかがお過ごしでしょうか？ 長かった梅雨も明けて暑～い夏がやってきました。袖ヶ浦駅北口の‘ゆりまち袖ヶ浦駅前モール’もオープンしましたね。ご家族でお出かけの機会が多いと思いますが、熱中症対策もお忘れなく！ 楽しい夏をお過ごしください。

アドバイザーより

6月5日（水）ファミサポ主催講座  
「読み聞かせを楽しもう&図書館探検」



7月17日（水）子育て学習会  
「小児看護の基礎知識」



7月13日（土）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



## ❖ 今後の予定 ❖

9月4日（水）ファミサポ説明会

9月11日（水）主催講座「ファミサポいきいき体操

～元気に長く援助活動を続けるために～

10月30日（水）子育て学習会「子どもの栄養と食生活」





# 読み聞かせを 楽しもう & 図書館探検

2019年6月5日(水) 10時~12時 袖ヶ浦市立中央図書館  
12名参加(提供会員1名、両方会員3名、利用会員2名、会員外6名)

中央図書館の職員さんに、子どもの成長に合わせた読み聞かせのコツや、おすすめの絵本を教えてくださいました！  
 ~絵本は心の栄養~ 読み方は、ゆっくり心を込めて。絵本の良さを分かるために、大げさな読み方はしないで普通に読む。本をめくったらすぐに読まずに一拍置くと、子どもが絵を見る時間を持てる。寝る前に5分でも読み聞かせをしてみてください。  
 ~おすすめ絵本~ 他にもたくさんあります！図書館にご相談ください。  
 (赤ちゃん) もこもこもこ(1才) くだもの(2才) ちいさなねこ(3才) 三びきのやぎのがらがらどん など。



読み聞かせ体験の時間は、ママや提供会員さんに好きな本を読んでもらいました☆



ママのおひやうたん



- ◎小さな子どもさん親子がたくさん出席で、活きた講座でした。子育て頑張ってるね！
- ◎普段は見られない書庫の案内や児童コーナーの説明もしていただき、親も図書館について学びました。
- ◎たくさん本を見られて、年齢別の選び方や読み方がすごく参考になりました。
- ◎子どもが大きくなり絵本と接する機会が減っていたが、いい本はずっと読み継がれているのだな、と感心しました。
- ◎2才になり絵本の読み聞かせに興味を持って、気に入った本を選んで持ってきてくれ成長を感じました。参加して良かった！



中央図書館を探検しました♪



書庫



児童コーナー



## 第2回 ファミサポ主催講座 案内

「ファミサポ・いきいき体操 ~元気に長く援助活動を続けるために~」

ご自身の健康づくりや援助活動のために、みんなで簡単な体操をしましょう！長生きの秘訣がわかるかも…?! 利用会員・提供会員さんはもちろん、講座に関心のある市民の方も参加してみませんか？ 多数の申し込みをお待ちしています。動きやすい服装でお越しください。

日時：2019年 9月11日(水) 10:30~12:00

場所：保健センター 機能訓練室 定員：20名

講師：市役所 高齢者支援課 保健師 参加費：無料 持ち物：タオル、水分補給の飲み物

対象：ファミリーサポートセンター会員、市内にお住まいで講座内容に関心のある方

保育：定員5名(2歳~就学前) 保険代とおやつ代で1人300円必要です。

保育×切：2019年9月4日(水) 16時 申込×切：2019年9月10日(火) 16時



# 第1回子育て学習会「小児看護の基礎知識」報告



2019年7月17日(水) 10時~12時 保健センター 母子保健室  
13名参加(提供会員6名、両方会員1名、利用会員2名、会員外4名)

## 「なんとなく…」が大事!

子どもの様子が「なんとなく」いつもと違うかな…。  
この「なんとなく」を見逃さないようにしましょう。  
小さな子どもは具合が悪いことを上手に大人に伝えられません。  
健康推進課 大野 奈央子総括保健師 早めに子どもの変化に気づき、落ち着いて対応できるよう学習しました。

学習会では、「発熱・嘔吐・下痢・咳・呼吸困難・熱中症」と、様々な病気症状について、観察の仕方  
や対処法を学びました。その中から、夜間救急診療の受診理由で上位の「発熱」と、重症の場合は命に  
関わる危険もある「熱中症」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。

### **熱中症** 下記の症状がある場合は、「熱中症では?」と考える事が重要です。

赤ちゃんの熱中症の特徴 ⇒ 頬が赤く体に触れると熱い・おしっこが少ない(おむつの濡れが少ない)・  
唇が渴いている・ひどく汗をかいている・機嫌が悪い・元気がない

- ◇予防のために…
  - ・外出や入浴、昼寝などの前後に水分補給、汗をかいた時は塩分も補給しましょう。
  - ・風通しが良く吸収性・通気性の良い服装を選ぶようにしましょう。
  - ・外出時は帽子や日傘などで日よけ対策をしましょう。水筒の準備も忘れずに!
  - ・乳幼児を連れての外出は、午前11時~午後3時を避けましょう。
  - ・絶対しないでください!!…わずかな時間でも、子どもを車内に残さないで!!  
※真夏は数分程度でも、急激に車内温度が上がります。



- ◇応急処置…
  - ・涼しい場所で休ませましょう。
  - ・服を脱がせ裸にし、ぬれタオルなどをかけて風を送り、冷やしましょう。
  - ・冷たい水や塩分を補給しましょう。子ども用の経口補水液等を活用しても良いでしょう。

~ 参加者の感想(一部を紹介) ~

- ❖とてもわかりやすく勉強になりました。忘れていたことや昔とは変わっていること等、改めて認識できる良い機会でした。今後の子育てや活動に活かしたいと思います。
- ❖定期的にこのような講習を受けることで、「いざ」という時の助けになると思いました。
- ❖症状をうまく伝えられない子どもの普段の様子をしっかりと観察しておこうと思いました。

# ファミサポのルール再確認！

利用会員さんへ「援助活動日」が決まったら、ファミサポに電話又はFAX

- ・注意！ センターに報告せずに実施された援助活動は、保険が適用されません。  
お子さんと提供会員さんの安心安全な援助活動のためにも、センターへの連絡を忘れずに！
- ・援助料金の支払いは、月末までをお願いします。

提供会員さんへ「援助活動報告書」は活動した翌月の5日までに提出

- ・毎月ファミサポにて1ヶ月分の集計を行い、市へデータを送っています。ご協力をお願いします。通信欄には援助の様子やヒヤリ・ハットなど、気づいた事も記入ください。

## < ファミサポ説明会のご案内 >

日時：2019年9月4日（水）

午前の部 10時30分～12時 午後の部 1時30分～3時

場所：そでがうらこども館 多目的室

持ち物：市内在住（在勤）が確認できるもの（免許証など）

\*入会説明は随時行っていますので、興味のある方はお問い合わせください。

## ❀ アドバイザー交代のお知らせ ❀

アドバイザーの石森幸子が7月末で退職いたしました。後任として8月より内堀由己子が入りました。よろしくお願いいたします。

アドバイザーとして皆さんと関わった1年10ヶ月、とても勉強になり感謝しています。これからは両方会員として活動していきますので、主催講座や学習会で皆さんと交流できることを楽しみにしています。これからもよろしくお願いいたします。



新しくアドバイザーを務めることになりました内堀です。以前に利用会員として登録・利用させて頂いておりました。不慣れではありますが、これから色々な活動を通して皆さんの皆さんと知り合えたらと思います。よろしくお願いいたします。

### ＝編集後記＝

街中で、お腹の大きなお母さんを見かけると、袖ヶ浦市に引越してきたころを思い出します。気がつけば生まれ育った土地よりも、袖ヶ浦市民の年数の方が長くなっていました。

ふるさと袖ヶ浦が子育てしやすい街になるように、陰で支える一員として少しでもお役に立てたらと思っています。（E.M）

（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）