



袖ヶ浦市

ファミサポ通信 Vol.57

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	214名
提供会員	47名
両方会員	12名
合計	273名

（2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。

まだまだ寒い日が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。コロナ禍になって3年目に入りましたが、いまだに安心できない状況が続いています。そのような中でも注意しながら援助活動にご協力してくださる会員さんには感謝しております。これからも必要な時に子育ての手助けができるしくみが閉ざされないよう、安全な援助活動ができるように支えていきたいと思っております。

アドバイザーより

11/26(金) 第2回学習会「子どもの栄養と食生活」



感染防止対策をして開催しました。
皆様のご参加、ご協力、ありがとうございました。

アドバイザー 一同



1/19(水) 第1回主催講座
「読み聞かせを楽しもう&
図書館を活用しよう」

<ファミサポ説明会のご案内>

提供会員さん大募集中です！

日時：令和4年3月11日（金）
午前の部 10時30分～12時 午後の部 1時30分～3時

定員：各2組

申込〆切：令和4年3月10日（木）16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）

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

*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。

*新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止または変更になる場合があります。



第2回子育て学習会 報告

「子どもの栄養と食生活」

R3年11月26日(金) 10~11時半 保健センター
10名参加(提供会員8名・両方会員2名)

今回の学習会では市役所の管理栄養士、上遠野さんによる離乳食やおやつに関する講義を受けました。

最近提供会員になられた方々を中心に定員10名の参加をいただきました。

通常であれば調理実習を行っておよつを試食をしていますが、コロナの影響でやむなく中止し、今回は市販のもので試食を行いました。未受講の提供・両方会員の皆さんは次回受講をお願いします。



講師

保育幼稚園課：上遠野さん

< 講義の内容 >

- 離乳食は生後5~6か月頃からスタートし、およそ1歳半頃に完了する。体の成長の過程で母乳やミルクだけでは栄養が不足してくるため、形のあるものを食べて効率よく栄養を摂る必要が出てくる。食べることで消化液(酵素)の分泌がよくなっていく。離乳食完了までの約1年の間に少しずつトレーニングしていくことで味覚をはぐくみ、食物アレルギーを起こしにくくなる。
- 与え方は、①その子なりのペースで②ママがイライラしないように③栄養バランスは2~3日単位で考えてOK④お子さんの様子を観察し⑤ほかの子と比べない⑥食べる楽しさを教える、を念頭に。
- 市販のベビーフードにはいろいろなタイプがあり、手作りの離乳食と組み合わせて活用するとよい。
- 子どもにとってのおやつは、栄養的・精神的・教育的役割の3つの意味がある。おにぎりや果物、さつまいも、牛乳など、食事の捕食と考えると時間と分量を決めて与えるとよい。
- ダラダラと食べ続けていると唾液が歯を再石灰化する間がなくなってしまい、虫歯の原因になる。
- 乳児期から食物アレルギーが発生することがあるが、成長するにつれ自然に食べられるようになっていくことも多い。食物アレルギーの治療・管理については医師の診断に基づいた必要最小限の原因の除去が原則。自己判断はしない。
- 食品による子どもの窒息・誤嚥事故が多く発生している。硬い豆やナッツ類を5歳以下の子どもに与えない。ミニトマトやぶどうなどの球状のものを丸ごと食べさせることは窒息のおそれがある。食べるときは姿勢をよくして、食べることに集中させることが大事。



両方会員さん
のお子さん。
ハイハイは
どうかな？

今どきのベ
ビーフード
を試食♪



< 受講者の感想(抜粋) >

- ★離乳食をあげていた頃を懐かしく思い出しながら聞きました。
- ★誤飲のこわさを実感したので孫たちやお子さんをお預かりする際は気をつけようと思います。
- ★子育ては終わっているのですが新たな気持ちで食事の勉強ができて良かったです。

第1回ファミサポ主催講座 報告 「読み聞かせを楽しもう & 図書館を活用しよう」



R4年1月19日(水) 10~11時
中央図書館 視聴覚ホール
大人 6名(提供会員5名、会員外1名)・
子ども 2名参加



講師

中央図書館職員：相武さん

講師の方より読み聞かせに関する色々なお話と図書館の活用について伺いました。当日の資料より一部ご紹介します。

◆なぜ読み聞かせが良いの?◆

- ①子どもが楽しみながら成長できる。
- ②幸せな思い出としてずっと心に残る。
- ③大人も楽しめる。

◆生活の中に「読み聞かせの時間」をもつ◆

- ①絵本を子どもの手の届くところに置く。
- ②読み聞かせを日課にする。(ただしムリはしない)
- ③子どもが自分で字が読めるようになっても読み聞かせをする。



大型絵本の読み聞かせ デモンストレーション

皆さん、聞き入っていました(^-^)



講師

中央図書館職員：高木さん

◆図書館を活用する◆

- ①本・雑誌・CDなど、15点まで2週間借りられる。
- ②0歳から図書館の資料利用券が作れる。
- ③ブックスタート、おはなし会などの図書館事業に参加する。

◆読み聞かせのコツ◆

- ①あまりオーバーに読まない。
- ②読み手から、感想を聞かない。

◆袖ヶ浦市立図書館ホームページマイページを紹介◆

PCとスマホ、どちらでも登録できます。おすすめはMy本棚!



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ました。特に援助中の会員さんは毎年1回の受講をお願いします。

日時：令和4年3月16日(水) 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：15名

申込〆切：令和4年3月14日(月) 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4年3月5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

＊ センターからのお知らせ ＊

1. 会員情報の変更について

会員登録情報に変更はありませんか？ こんなときはセンターへ連絡ください。

- 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ました
- 電話番号が変わりました
- 赤ちゃんが生まれました（6カ月になったら登録できます）
- お仕事を始めました



2. 会員の退会について

- ・会員の継続の意思がなく退会を希望する場合は、**4月15日までに**センターへご連絡ください。
- ・退会の際には、退会届の提出とファミリーサポートセンター会員証の返却をお願いします。
- ・以下の会員の要件のいずれかを満たさなくなったときは、退会となります。

○会員の要件

- ・市内に住所を有している。ただし利用会員は市内に勤務しているものを含む
- ・生後6カ月から小学校6年生までの子どもを有し、同居している

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時も同様に
ご連絡をお願いします。

○新たにご利用の相談は、お早めをお願いします。新年度からの依頼が込み合う時期です。



☆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＝

この度、いつか買おうと思っていたコーヒーマルを買いました。やかんでお湯を沸かしている間に手でカリカリと豆を挽きます。時間はかかりますが、挽いている間はコーヒの良い香りを楽しんだり、おやつは何にしようかな？などと考えを巡らせています。家族のために食事を作る時間とは違い、自分のためだけに流れる時間はとても貴重に思えます。次の豆は知人のおすすめ品を購入しようかな…？（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 0438-64-3115

開所時間：午前9時～午後5時
（日曜日・祝祭日・年末年始 休所）