



# 袖ヶ浦市

ファミサポイメージキャラクター  
あい  
愛サポちゃん

# ファミサポ通信 Vol.62

利用会員	227名
提供会員	38名
両方会員	8名
合計	273名

（12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。

いよいよ年の瀬が迫り、お忙しい日々をお過ごしのことと思います。一日の中でも気温の変化が激しい日もあります。どうか皆様ご自愛下さい。

毎年こどもの出生率が減少している現状もありますが、数多くの援助依頼に関する相談があります。会員の皆様と共に育児に関する一助を担って行きます。更なるご協力お待ちしております。

アドバイザーより

新規提供会員基礎研修会の様子と作品

乳幼児救命講習の様子



第1回主催講座の様子

第1回子育て学習会の様子



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



## ご案内

☆ 令和6年2月15日（木）10時～12時 場所：市民会館 中ホール

第2回 主催講座 「セルフメンテナンスタイム」

☆ 令和6年3月15日（金）10時～12時 場所：根形公民館 講義研修室

## 第 1 回ファミサポ主催講座 報告 「子育て支援事業の取り組み」

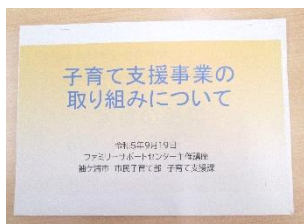
R5年9月19日(火) 10~12時 市民会館 研修室  
11名参加(提供会員8名、両方会員1名、会員外2名)



講師：子育て支援課 職員  
浦邊さん・廣野さん

講座では、資料やパワーポイントの画像を参考にしながら、子育て支援事業の取り組み(袖ヶ浦市子ども・子育て支援に関するアンケートの調査結果から、仕事をしている父母の現状のデータや、市の子ども子育て支援の方針を定めた「袖ヶ浦市子育て応援プラン(第2期)」概要)についての説明を受けました。

袖ヶ浦市の子育て支援の「今」と「これから」について、子育て支援課の担当職員からお話を伺うことができました。



### <アンケートより>一部抜粋

- 子育て支援事業の取り組みについて、書面は素晴らしいと思いました。知らない人が多くいると思います。幼稚園、保育園の内容がわかりやすくて良かったです。
- 質疑応答の時間は、自分では気付かない事などが質問されていて有意義でした。
- ファミサポはもっと利用したい人のニーズに答えて欲しい。PRの方法を工夫して欲しい。

☆会員や市民の方から、たくさんの質問やご意見をいただきました。  
今後の参考にさせていただきます。  
ご参加の皆さま、ありがとうございました。



## 第 2 回 主催講座のご案内 「セルフメンテナンスタイム」

今年度2回目のファミサポ主催講座は、ご自身の身体のメンテナンス方法を教えていただきます。凝り固まった身体をほぐして気分をリフレッシュしましょう♪♪  
ファミリースキップや、介護ケア等にも応用できますので是非お役立てください。

日時：令和6年2月15日(木) 10時~12時 場所：市民会館 中ホール

講師：提供会員 MKさん

対象：ファミリーサポートセンター会員・市内在住で講座に興味をお持ちの方

定員：20名 申込〆切：2月8日(木) 16時

保育：定員3名(2歳以上就学前) 保険代：ひとり200円

保育〆切：2月5日(月) 16時

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



# 第1回 子育て学習会 報告 「子どもの栄養と食生活」

R5年11月22日(水) 10~12時 保健センター 調理室  
9名参加(提供会員9名)



講師：保育幼稚園課 谷 栄養士



学習会の様子

今年度1回目の学習会は、子どもの栄養と食生活をテーマに開催しました。食にかかわる子どもの発達や食生活について学び、市内保育所の子ども達が食べているおやつ調理デモンストレーションと試食を行いました。

《講義内容より》

### ① 幼児期の特徴は発育・発達すること。

成長が著しく、生まれてから3歳までに身長は2倍、体重は4倍になる。

### ② 子どもの成長を支えるのは毎日の食事。

骨・臓器・筋肉などは食べ物で作られる。主食・主菜・副菜・汁物で、バランスの良い食事が必要。主菜の1食分の量は手のグーの大きさ(厚さ2cm)を目安に、副菜の1食分の量は手をパーにして片手の山になるくらいを目安にすると献立を考える時のヒントになる。

### 《子どものおやつのポイント》

- ①3回の食事で摂りきれなかった栄養補給と考える。
- ②歯ごたえのあるもの・噛み応えのあるものを取り入れる。
- ③分量と時間を決めて与える。だらだら食べを防いで虫歯予防になる。遅い時間におやつを食べると夕飯に影響が出る可能性があるため。
- ④与えるおやつ成分表示をチェックする。3回の食事に影響のない量・カロリーにする。
- ⑤楽しく食べる。子どもにとってのおやつは毎日の楽しみ。



## 第2回 子育て学習会のご案内 「安全研修会」

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。今年度2回目の子育て学習会は、提供・両方会員の必須講座、安全研修会です。現在援助中の提供・両方会員さん、これから援助が始まる提供・両方会員さんは、ご都合をつけて参加のほどお願いいたします。

※この研修は、令和元年度から受講が必須になりました。毎年1回の受講をお願いいたします。

日時：令和6年3月15日(金) 10時~12時 場所：根形公民館 2階講義研修室

講師：保育幼稚園課 保育士

対象：ファミリーサポートセンター提供会員・両方会員

定員：15名 申込〆切：3月14日(木) 16時

保育：定員3名(2歳以上就学前) 保険代：ひとり200円

保育〆切：3月5日(火) 16時

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





## ファミリーサポートセンターからのお知らせ

援助活動に関して日ごろより感謝申し上げます。

ファミリーサポートセンターでは提供会員の募集をしております。是非お友達等にもお声懸け頂き、サポート体制充実に向けて皆様のご協力よろしくお願い申し上げます。



最近実施している援助活動の一部です。

- ・ 保育施設終了後の迎え及び預かり
- ・ 保育施設までの送迎
- ・ 放課後児童クラブ終了後の迎え及び預かり
- ・ 学校の放課後の送迎と預かり

他にもこのような援助があります。

- ・ 冠婚葬祭や他の子どもの学校行事等の際の援助
- ・ 保護者等の病気、その他急用の場合の援助
- ・ 保育施設・学校等休み時の援助
- ・ 一般的な就労等の際の子どもの援助
- ・ 買い物等外出の際の子どもの援助
- ・ 保護者のリフレッシュのための援助
- ・ 慣らしのための預かり

### **新規提供会員募集中**

**このような援助が可能な方は、ぜひファミサポまでご連絡下さい。**



＝編集後記＝

地球温暖化の影響でしょうか？日本の四季を感じられる事が少なくなっている今日この頃です。忙しい年末ではありますが、日々のトキメキを大切にしたいですね。

1年が短く感じる年頃ですが体調管理を万全に過ごしたいと願います。  
(m.o)

(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)