

ぱっそ あ ぱっそ

22号

passo a passo (イタリア語で一步一步の意味) 未来に向かって

発行：水戸ファミリー・サポート・センター

〒319-0393 水戸市内原町 1395-1 水戸市役所内原庁舎 3階

Tel 029-303-7277 Fax 029-303-7288 <http://www.famisupo-mito.com>

平成 28 年 12 月 24 日発行



日頃よりファミリー・サポート・センターの活動にご協力をいただきありがとうございます。今年度は初の試みとしまして、「ファミサポ体験あずかりっこ」を企画しご参加をいただきました。今後も多くの皆さまにご参加をいただけるような会員交流の場を計画してまいりたいと考えています。来年もよろしくお願ひ申し上げます。



講習会のご報告

第1回 5月 17.19.20日

日本赤十字「幼児安全法支援員養成講習」



この講習は前号でも報告しましたが、子どもの成長と発達、子どもに起こりやすい事故の予防と手当(子どもの心肺蘇生法と応急手当)、子どもの病気と看病の仕方について学びました。応急手当法ではバンダナやストッキングを包帯などの代用として使用しました。



また、災害時に役立つ事をいろいろ教えていただきました。レジ袋は優れものです!

袋が非常時におむつカバーに変身したり、タオルを少量のお湯で湿らせ袋に入れ、押しまんべんなくお湯をいきわたらせ蒸しタオルを作り身体を拭くなど、いざという時に思い出したいワザの数々を習得しました。

第2回 7月 12日



県立こども病院の看護師さんにお越しいただき、病気の乳幼児の看護について勉強です。症状によつての対処方法、しばらく様子を見ていても大丈夫なときや、早めに救急外来を受診したほうが良いときなど、とても分かり易く説明していただきました。



第3回 10月 11.12日

親子体操講師 青木先生

栄養士 庵原先生

小児科医 平野先生

児童心理司 軍司先生



タオルを使って楽器を持って♪
みな童心に戻り笑顔! 笑顔!
魔法の折り紙はちょっと苦戦。

子どもの栄養と食生活について
食にかかる乳幼児の発達や
献立を紹介していただきました。

熱性けいれん時対応方法
冬の健康管理、一次救命処置
などについて。

乳幼児期から児童期の
心の発達について、保育者
と保護者との関わりについて。

もくじ

講習会報告 1 ページ

交流会報告 2-3 ページ

フォローアップ研修&懇談会・

お知らせ 4 ページ

2016 上半期ファミサポ交流会




7月12日

ファミサポ体験「あずかりっこ」

ファミサポに会員登録はしてみたけれど、預けたり、預かったりする機会のなかった会員さんに最初の一步を踏み出していただき、利用会員と協力・両方会員の交流を通して、不安や心配を解消してもらい、ファミサポのシステムも理解してもらえれば・・・との思いから始まった企画です。実際のお預かりは協力会員宅で1対1のお預かりになりますが、今回は「わんぱく・みと」の多世代交流サロンをお借りしました。今後も継続していきたいと思っていますので、お誘いがありましたら是非ご参加くださいね。



- まずは利用会員さんとサポート会員さんの事前打合せ（まねごと）です。初の顔合わせに  書類を書いて、お子さんの普段の様子などを入念に打合せしました。★先輩会員さんも駆けつけてくださいました→



- お預かり開始～1時間30分ぐらい、ママのリフレッシュタイム♪
ママがいなくなってもへいきな子、泣き出してしまう子などさまざまでしたが、サポート会員さんに手厚く見守られてあっという間に時間が過ぎました。



- ママのお迎えです、協力会員さんが援助活動報告書を記入、利用会員さんが確認して、印鑑を押して、支払って、協力会員さんが領収証を発行・・・（すべてまねごとですが）、ひととおりの流れを練習しました。

小さなお子さんをお持ちのお母さんは、ひとりで外出することが難しいと耳にします。短い時間でしたが参加したママさんたち、有意義に時間を過ごすことが出来たのではないのでしょうか。気軽に最初の一步を踏み出してください。



活動に関する事例

【出典：一般財団法人女性労働協会 ファミリーサポートネットワーク通信より】

お母さんは5歳の子どもが下痢気味なのが気になったものの、仕事が忙しかったので受診せずに協力会員に預けてしまいました。協力会員も、子どもに元気がなくなり気になりましたが、予定通り活動は終了しました。その後、子どもの下痢が続き受診したところノロウィルスにかかっていた。

このようなときは・・・お母さんは仕事に行かなくてはならず母親の判断だけで預けてしまったのでしょう。しかし、子どもを預かった協力会員だけでなく、協力会員のご家族にも感染が及ぶ危険性があります。子どもの様子がいつもと違う場合は十分な注意が必要です。水戸ファミリー・サポート・センターでは病児・病後児預かりで代理受診にも対応しています。協力会員も預かり中に子どもの様子がいつもと違うと感じたら一人で判断するのは難しいと思います。ご心配なことがありましたらセンターにすぐに連絡・相談するようにしましょう。

2016 上半期ファミサポ交流会



8月27日 夏のお弁当作り

暑い時期やジメジメ期のお弁当作りには苦慮されていることと思います。
家族の夏バテも心配だし、食中毒にも気を配らなければなりませんよね。
そこで、お弁当を美味しく食べてもらうためのテクニックやコツ、お弁当の基本を栄養士の先生に教えていただきながら、愛情たっぷり・栄養たっぷりのお弁当を作りました。



5つの食中毒対策！

- ・お弁当箱はしっかり殺菌
- ・水気を出さない
- ・素手で食べ物に触れない
- ・おかずはしっかり加熱
- ・味付けは濃い目を心掛ける



自分にあったサイズのお弁当箱ということで、今回は女子学生～大人の女性のサイズ約700mlの2段弁当箱を用意しました。
料理の組み合わせは、主食3・主菜1・副菜2

の容積比にすると、栄養や味、彩のバランスがよくなるそうです。油料理が多くなってしまいがちですが、同じ調理法のおかずを重ねないこと。何よりも大切なことは、おいしそうできれいなこと・・・だそうです。

メニュー (調理実習も兼ねてお肉とお魚メインの2パターン教えていただきましたが欲張って詰めるとカロリーオーバーです！！)

- ① ソースチキンかつ・卵焼き(チーズ・青のり入り)・パプリカのごまあえ・ポテトのカレーきんぴら
梅ごはん・枝豆・ミニトマト
- ② メカジキのカレー焼き・卵焼き(チーズ・青のり入り)・ポテトサラダ(ブロッコリー入り)・梅ごはん
枝豆・ミニトマト

安心
安全

協力・両方会員さんから毎月届けられる援助活動報告書や安全チェックリスト。そこには、たくさんの微笑ましいエピソードや、愛情と優しさの込められたコメントが書かれています。その中より一部、抜粋してご紹介いたします。

毎回預かる度に成長していて
楽しみです。Kくんの笑顔に
主人と二人癒されています。



Hちゃんは、いつもにこにこして
くれて、会うのがとても楽しみです。話し
かけると声を出して応えてくれます。成長
を見守るのも楽しみです。



今回は生後2ヵ月からお預かりしているお子さんたちについてご紹介しています。赤ちゃんは日に日に成長しているのですね。ちょっと会わない間にその成長を敏感に感じるようです。ご家族のご協力もあっての支援をしてくださっている様子がうかがえます。開放学級にお迎えのお子さんたちも、きちんとご挨拶ができたり、言うことを聞いてくれたり、ご兄弟で仲良くおやつを食べる様子など、読んでいて心が和むコメントが多数寄せられています。

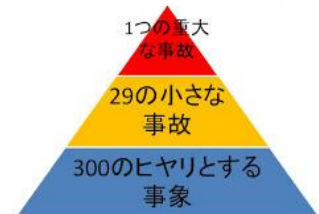
11月28日

フォローアップ研修&懇談会

活動中の事故予防について、女性労働協会から発信される事例をもとにグループワークしました。援助活動経験者・未経験者入りまじって、意見交換・情報交換ができ、今後の活動に繋がっていくことと思います。

小さな気の緩みから重大事故になりかねないというようなヒヤリハットの事例から、危険を未然に防ぐことの重要性を再認識していただけたと思います。またファミサポでは、お子さんの自宅預かり援助活動を安全に行っていただくために、安全チェックリストを基に家の中を点検していただいておりますが、今回チェック項目を見直し一新しました。会員さんにはお手数をお掛けいたしますが、さらなる安心・安全な活動のためにご協力をお願いいたします。

ハインリッヒの法則



気が付かない危険 数千～数万



そだれん講座～どならない子育て練習講座～開催決定！【開催日：平成29年3月8日】
「そだれん（どならない子育て練習法）」というプログラムを使って、どならず子どものモチベーションを上げるための子育て法（子どもへの伝わりやすい言い方、ほめ方、注意の仕方）などをダイジェスト版でわかりやすく学べます。

子育て中の方、毎日の子育てのさまざまな困りごとを一緒に考え楽しくしつけの方法を練習してみませんか？協力・両方会員の方もぜひ、この子育て練習法は子どものみならず、家族など対人関係で大事なコミュニケーションのとりかたにも応用できると思います。

多くの方にご参加いただきたく、広い会場を用意いたしました。詳細については後日通知いたします案内をご覧ください。



- ① ファミサポに連絡を入れてから活動しましょう。直接依頼した場合でも、利用会員は活動までに電話、メールなどでセンターに連絡をしてください。継続での援助依頼の場合も翌月の活動日はなるべく早めに連絡をしてください。事前に連絡がない場合は、補償保険が適用されませんのでご注意ください。
- ② 引っ越しで住所、電話番号が変わったとき、出産でご家族が増えたときなど、入会の内容と変更があったときはセンターまで連絡をしてください。
- ③ 会員継続に関するハガキがお手元に届いている方で、返信がまだの方は送付してください。
- ④ 「会報紙」や「交流会・講習会」のお知らせが転居先不明で戻ってることがあります。電話でも連絡が取れない場合は、退会手続きを取らせていただきますのでご了承ください。