

かるがもくらぶ



第56号

令和2年4月発行

まいづるファミリー・サポートセンターの 場所と開館日が変わりました!

開館日 月曜日～土曜日
(休館日:日曜日、祝日、12/29～1/3)

受付時間 8時30分～17時

場所 中総合会館5階
(フラス舞鶴事務所内)

日・祝が
休みになり
ました



産前・産後訪問支援事業始めます!

舞鶴にお住いの身近に頼る人がない妊産婦の方を対象に、産前産後支援員の研修を受けたファミサポの登録会員が、自宅に出向いてお母さんに寄り添ったさまざまな支援を行います。母子手帳交付からその子が満1歳になるまでの期間です。

簡単な家事
をしてほしい

健診や受診の時
誰か一緒に行って
くれたら…
夫は仕事で休めない!!

子どもの
世話を手伝って!

双子なので
大変!!

夜中の授乳で寝られない
もうクタクタ。誰か助けて!



その他、お母さんの困りごとを聞き、できる範囲でサポートします。

会員募集中

中総合会館5階で受け付けています。来館できない方はご連絡いただいたら訪問させていただきます。



おねがい会員って!?

- 美容院や買い物に行く時、子どもを預かってほしい。
- 保育園・幼稚園・放課後児童クラブ・習い事等への送り迎えにいてほしい。
- 保育園・幼稚園・放課後児童クラブ・小学校等から帰宅後に少しの間預かってほしい。
- 上の子の授業参観の時、下の子を預かってほしい。

こんな時にご利用できます。

まかせて会員って!?

- 空いている時間があれば預かります。
- 自分の子どもが園・小学校等に行っている間は手が空いているので預かります。
- 子どもが好き!子育ての経験を生かしたい!!
- 送迎だけならできますよ。

安心しておまかせください。

まいづるファミリー・サポート・センター

〒625-0087 舞鶴市宇余部下1167番地
中総合会館5F

TEL・FAX 0773-64-7522

2019年度 活動実績

2020年
3月31日現在

会員数

おねがい会員	599人
まかせて会員	250人
両方会員	55人
会員総数	904人

注)年度末に年齢超えを迎えた会員さんは自動退会処理をしたため会員数が減っています。

主な活動内容 ベスト5

活動内容	回数
子どもの習い事等の場合の援助	322回
保育所・幼稚園への送り	288回
保育所・幼稚園への迎え	236回
保護者等の外出時の援助	155回
保育園等の登園前の預かり	134回



月別活動件数

令和元年 4月	105件
5月	125件
6月	126件
7月	108件
8月	95件
9月	126件
10月	153件
11月	143件
12月	105件
令和2年 1月	82件
2月	84件
3月	53件
合計	1,305件



まかせて会員からの活動報告書より

園へのお迎えと、まかせて会員宅での預かり(5歳の女の子)
幼稚園に迎えに行ったら、ニコニコ笑顔で出てきてくれました。帰り道も、走り出したり飛び出したりすることなく、歩いて帰ってくるのが出来ました。信号のたびに「青になれ〜!」と3人で魔法をかけて信号を変えながら帰りました。帰ってから、おもちゃで遊びました。

おねがい会員宅での産後のサポート(5ヶ月の女の子)
授乳は済んでいたのでもツ交換後、絵本を見たり回るおもちゃや手で触る布絵本で遊びました。あくびが出て30分位抱っこしているとスヤスヤ寝ました。その後、敷物(タオル)の上に寝かせぐっすり寝てくれました。あとどれくらい寝れたかな?じっと顔を見て覚えてくれた!お母さんと目と目を合わせてあやしてもらっている時が1番うれしそう♡

中総合会館5階託児ルームでの預かり(3歳と1歳の姉妹)
姉妹でおままごと遊び、とっても楽しそうです。お姉ちゃんは指遊びの本を出してきて「でんでんむしのかたち、おなじのができたよ!」「まあいいボールができたよ!」と笑ってほほえんでくれました。もう1回、もう1回と何回も指遊びをして楽しみました。今日は妹ちゃんがお姉ちゃんに「おかしをどうぞ」と渡してくれました。食べた後テーブルをキレイに拭いてくれました。ありがとう!

まかせて会員・両方会員

スキルアップ講習会の報告

日時 令和2年2月19日(水)
午前10時~午後12時

場所 フレアス舞鶴
セミナールーム

内容

- ① 生活に生かせる栄養のお話 (栄養士さん)
- ② 子供を主体とした保育とは? (保育士さん)



栄養士さんからは、食を通じた健康づくりのコツや生体リズムについて、保育士さんからは、主体性を育む為の「舞鶴市乳幼児教育ビジョン」についてお話をお聞きしました。

参加された会員さんの感想

- 情報に惑わされ過ぎないようにする。子供が自分で考える力を育む事が大切だと思った。
- 見守る事は怖いですが、している事を止めるのではなく共感する事を意識したいです。
- 食事を作る時、出来る限り栄養を考えて作りたかったです。
- 年齢に関係なく生体リズムを整えることが大切だとわかりました。



新型コロナウイルス感染拡大防止のため「おうちですごそう」。毎日気が滅入るニュースばかりですが、こんな時も子どもと家族と、楽しく過ごせるよう、お役立ち情報を掲載します。ぜひ参考にしてみてくださいね!

♡毎日の献立のヒントに♡

インスタグラム＃在宅楽飯で検索すると、簡単美味しいレシピが出てきますよ!

＃在宅楽飯を企画されたメンバーの一人、「gutti, tckb」さんのインスタもおすすめです!



♡おうちでキャンプごっこ♡

リビングやお庭にテントを張って、キャンプごっこはいかがですか?

ご飯もお昼寝もテントで…、夜はランタンを灯すと雰囲気ばっちりです。子供たちも秘密基地の感覚で楽しめそうですね!



♡手づくりカンタンパラシュート♡

小さな子が投げても簡単に開くパラシュートです。パラシュートは、風がなくても楽しめます。

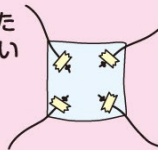
カンタンパラシュートの作り方

- 準備する物
- ポリ袋 (20×30cm<small>くらい</small>)
- 木綿糸 (20~30cm×4本)
- はさみ
- セロハンテープ

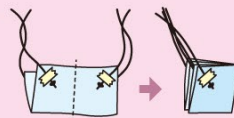
① ポリ袋を開いて正方形に切る



② ①の四隅に用意した4本の糸を、抜けないように気をつけてセロハンテープで付ける



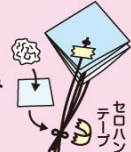
③ 折り畳んで4本の糸をそろえる



④ そろえた糸を図のように結び、余分な部分を切る



⑤ テッシュ 2枚をまるめポリ袋でくるむ糸の先をこの中に入れ込みセロハンテープでとめおもりにする。



おもいを持って、投げてみましょう! パラシュートが開いてふわふわ落ちてきます。



公立保育所 保育士

♡手づくりホットケーキミックス♡

スーパーでホットケーキミックスが売り切れている!! そんな時は手作りできます。「mizuki_31cafe」さんのインスタグラムより



ホットケーキミックス(150g)の作り方

- 材料
- 薄力粉 (130g)
- ベーキングパウダー (6g)
- 砂糖 (大さじ1.5)
- 塩 (ひとつまみ)

卵1個と牛乳100mlと混ぜると普通のホットケーキの生地になります。



お好みの果物を入れてもおいしくできます。

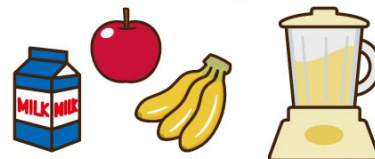
ミックスジュース

材料

- 牛乳 …… 200cc
- バナナ …… 1本
- りんご …… 1/4個

作り方

- ① バナナとりんごは皮をむき一口大に切ります。
- ② ミキサーに①と牛乳を入れなめらかになるまでミキサーにかけます。



レシピ提供:まかせて会員

おねがい

会員さん同士で活動依頼をされ活動が決定しましたら必ず“おねがい会員”さんの方からファミサポへ連絡をおねがいします。連絡がないままの活動はファミサポ保険の対応ができません。

センターが休みの日はFAX・留守番電話でお知らせください。よろしくお願ひします。



今年度も「交流会企画ボランティア」さんと一緒に交流会を進めていこうと考えています。月1回、お茶を飲みながら楽しく話し合いをしています。随時ボランティアさんを募集しています！夏季交流会をいつも7月に実施していましたが今年度は予定が立ちません(-_-;) 決まり次第ご案内させていただきますので、しばらくお待ちください。

退会について

登録しているおねがい会員の末子のお子さんが小学校を卒業されたら自動退会になります。年度初めにそれぞれ対象となる会員さんには退会案内をしております。また、他市や他府県に引っ越しされる場合はお手数ですがセンターまで連絡をお願いします。退会手続きをさせていただきます。

退会された、おねがい会員さんからのお手紙 (子どもの年齢超過による)

初めて我が子が、まいづるファミリーサポートセンターにお世話になったのは今から13年前です。その子も今では16歳の高校生になりました。

当時はまだ4番目の子も生まれておらず、私は綾部から舞鶴に介護の資格を取りに行く為に西舞鶴に住まわれていた方に預かっていただき、安心して資格を取ることが出来ました。

今から思い出せば優しいご夫婦で、うちの子を預かって下さる時も遊ぶ公園に何時ごろに行って・・・ブロンコ乗って・・・と前回の預かった時の話までして下さる心優しい奥様でした。ご主人もペットボトルの椅子を作って下さって、お忙しい中お世話になったなあと思い出されます。あの時は本当に助けていただきありがとうございました。

センターの方々も他市から利用の我が子に、お便りを送って下さってありがとうございました。来年度よりうちの4番目も中学生なのでファミサポ卒業ですね・・・

感謝の気持ちでいっぱいです。長い間お世話になりました。



休館日のお知らせ

○印は休館日



5月 2020(令和2年)						
日	月	火	水	木	金	土
・	・	・	・	・	1	2
○3	○4	○5	○6	7	8	9
○10	11	12	13	14	15	16
○17	18	19	20	21	22	23
○24	○31	25	26	27	28	29
						30

6月 2020(令和2年)						
日	月	火	水	木	金	土
・	1	2	3	4	5	6
○7	8	9	10	11	12	13
○14	15	16	17	18	19	20
○21	22	23	24	25	26	27
○28	29	30	・	・	・	・

編集後記

新型コロナウイルス感染防止のため、子どもと家で過ごす時間が長くなり、テレビをつけてもコロナ、コロナ、ばかりで疲れやイライラを感じておられる

方も多いと思います。

いつまで続くか先が見えない戦いですが、みんなでこの危機を乗り越えましょう!! ファミサポは今のところ、いつもどおりの活動をしています。

サポートの相談や依頼がありましたら、いつでもお電話ください。(アドバイザー 一同)