



多賀城市ファミリー・サポート・センター

# ファミサポ通信

第85号

令和5年3月発行



ファミリーサポートとは、地域において、育児の援助を「受たい人（利用会員）」と「行いたい人（協力会員）」が会員となり、育児について助け合う会員組織です。

## 令和4年度に行われた事業を紹介します

バランスボールエクササイズで、気持ちのいい汗をかきました！



「わらべうたを学ぼう」では、ぼだい保育園園長伊藤さとみさんを講師にお迎えし、わらべうたの持つ魅力をたくさん教えていただきました。

多賀城市出前講座「子どもを虐待から守るために」虐待に気づいたらどうすればよいか、みんなで学びました。



### 協力・両方会員の集い



利用・協力・両方会員が集合！エコバック作りをしながら、おしゃべりに花が咲いていました。子ども達はおり紙を楽しんでいました。

### ファミサポの集い



にじの環代表そねやすこさんを講師にお迎えし、「子どもの発達と関わり方のポイント」について学びました。分かりやすいお話と遊びの実践で、あっという間の1時間でした。

### ステップアップ講習会



協力会員さんとひろば利用者さんが、直接ふれあえるファミサポタイム！たくさんの方に、ファミサポを知ってもらえる機会になりました。

### ファミサポタイム

## 令和4年度 新規協力会員さんを紹介します



新しい仲間が増えました。よろしくお願いいたします。

## 令和5年度 事業予定

会員同士の交流や活動に役立つ学びの場を設け、楽しく安全な活動をしていただいています。事業への参加をお待ちしています。詳細につきましては、通信・メール・ホームページに掲載し、お知らせします。

### ☆ステップアップ講習会

11月14日(火) 10:00~11:30  
『イライラと上手に付き合う方法』  
講師 アンガーマネジメント講師  
川上 淳子氏

### ☆新規協力会員講習会 9:30~12:30

第1回 6月22日(木)・23日(金)  
第2回 10月30日(月)・31日(火)  
第3回 1月18日(木)・19日(金)

### ☆協力・両方会員の集い 10:00~11:30

第1回 5月22日(月)『薬膳とヨガ』  
講師 ヨガ講師・薬膳アドバイザー  
内海 清美氏  
第2回 9月15日(金)『ヒヤリハット』  
第3回 2月15日(木)『性教育』  
講師 助産師 佐藤 由美子氏

### ☆ファミサポの集い

7月24日(月) 10:00~11:30  
会場:STEP(さんみらい多賀城)  
『体を動かして楽しもう!』

### ☆救命救急講習会

8月23日(水) 10:00~11:00

### ☆ファミサポタイム 10:30~11:00

6月9日(金)  
10月13日(金)  
1月12日(金)

## 活動内容と件数 (R4.4月~R5.2月)

\* 保育施設の送迎  
\* 保育施設の登園前・帰宅後の預かり  
\* 放課後児童クラブの送迎・前後の預かり  
\* 小学校への送迎  
\* 保護者の外出の際の預かり  
\* 自宅や習い事への送迎・その他  
合計

246件  
55件  
336件  
88件  
38件  
966件  
1729件

## 会員数 (2月末現在)

\* 利用会員 207名  
\* 協力会員 82名  
\* 両方会員 41名  
合計 330名

## ただいま活動中！



預かりの前日になると、「明日、〇〇さんのところだよね！」っていうくらい、協力会員さんの家に行くの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。（利用会員さん）

朝早く仕事に出かける保護者の代わりに、朝の預かりと保育所・幼稚園への送迎サポートも行っています。園が開くまでの時間、協力会員さんと過ごしている様子をご紹介します。



朝の預かりと幼稚園へ送る活動を3年ほど続けています。最近は、朝食の準備をお手伝いしてくれるようになり、お子さんの成長を近くで見守れる喜びを感じています。（協力会員さん）

## 令和5年度 サブリーダーを紹介します！

多賀城市ファミリー・サポート・センターでは、2名のサブリーダーが活躍中！集いなどのイベントの企画・運営や、会員の皆様のお世話係をしています。令和5年度は、今年度に引き続きお二人のサブリーダーさんが活動してくださることになりました。よろしくお願い致します！

伊藤 真美さん

様々な制限や不安の多い状況が続きましたが、その中でも会員の皆様と子ども達の明るい姿にパワーを頂けた1年でした。次年度もファミサポを通して沢山の笑顔に出会えることを楽しみにしています。どうぞよろしくお願い致します。



佐藤 裕紀子さん

本年度もファミサポを一人でも多くの方に知ってもらい、利用していただけるように活動していきたいと思っています。どうぞよろしくお願い致します。



今藤管理栄養士の

## 栄養豆知識💡



### 食べていますか？朝ごはん

朝ごはんには、栄養を摂ること以外にも体にいいことがあります！朝ごはんをしっかり食べて、大人も子どもも元気スイッチをオンにしましょう！



朝ごはんを食べると  
どんないいことがあるの？



- ・体温が上がる
- ・脳が活性化する
- ・腸が動いて排便を促す



TKG通信R5.3月号より

令和4年度子どもの食アンケートによると、副菜や汁物を食べているお子さんが少ないそう。野菜を食べている子は3人に1人だそうです。

主菜は卵やかまぼこ等簡単に取り入れやすいものも多く、比較的食べやすいですが、野菜は茹でたり、炒めたり下処理も必要で取り入れにくいかもしれませんね。準備が難しい場合にはカット野菜を使うのもおすすめです。

広報多賀城（みんなで食育）には市民の皆様から寄せられた朝食づくりの時短ポイントや朝ごはんの紹介が掲載されていますのでご覧ください。

## 事務局より

会員の皆様には日頃よりファミリーサポートへのご理解とご協力を賜り心より御礼申し上げます。

- ・来年度より、7月・11月発行のファミサポ通信の郵送を停止します。通信はファミサポのホームページより閲覧できますので、そちらをご覧ください。

3月号の通信は今まで通り、更新用紙・アンケートと一緒に全会員に郵送します。

- ・同封しました登録更新用紙とファミサポアンケートは、**令和5年3月28日（火）までに事務局に提出（FAX可 355-8041）**してください。



ファミサポHP

## 多賀城市 ファミリー・サポート・センター （子育てサポートセンター すくッピーひろば内）

〒985-0873

多賀城市中央二丁目8番1号多賀城駅北ビル B棟2階

TEL / FAX 022-355-8041

メールアドレス [famisapo@sukupy.jp](mailto:famisapo@sukupy.jp)

受付時間 9:00～16:30

（水・祝日の翌日・年末年始は休み）

上記時間以外は留守番電話になります

