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86号
令和5年7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「受けたい人（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。

## 協力会員・両方会員の集いを行いました！

### 『季節の食養生とヨガ』

講師：薬膳アドバイザー・ヨガ講師　内海　清美氏

令和５年度第1回協力・両方会員の集いを、5月22日（月）に開催しました。
暑くじめじめした梅雨・夏を元気に乗り切るための、薬膳から学ぶ栄養についての講話とヨガを体験しました。
まずは、ヨガで体をほぐして…
どこを伸ばすとどんな効果があるのか、分かりやすい解説付きでたっぷりヨガを楽しみました。
ゆっくりと腹式呼吸をしながら目をつぶると、頭の中が空っぽになって気持ちが落ち着きました。

つぎに、体が温まったところで、栄養のお話を聞きました。
「薬膳」というと難しく感じますが、本来は健康を維持し、病気を未然に防ぐための食事のことをいいます。
おいしくて栄養がある、その季節の旬の食材を食べることが体には1番いいそうです。
講師の内海さんからたくさんの元気をいただいた1日でした。
協力・両方会員の集いは、活動に役立つ学びや会員同士の交流の場になっています。

### ♪ファミサポタイム ♪

６月９日（金）のファミサポタイムは、協力会員の小林さんによる、ミニピアノコンサートを行いました。
演奏曲は、「大きな古時計」「アンパンマンマーチ」「星に願いを」の３曲。
ひろばに遊びに来ていた皆さんは、リズムに乗りながら、ミニコンサートを楽しんでいました。
コンサートの後は、ファミサポの紹介をしました。
この日は偶然、ひろばで協力会員さんにお預かり中のお子さんもいたので、皆さんに実際の活動の様子を見てもらうことができました。

小林さんのピアノ演奏

お預かりの様子

## 今後の予定

☆新規協力会員講習会　　各日とも9:30～12:30

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

協力会員大募集！
お子さんと一緒に
受講できます

☆ファミサポの集い

7月24日(月) 10:00～11:30
『体を動かして楽しもう！』　会場：STEPさんみらい多賀城
ファミサポ全会員とそのお子さん対象の集いです

☆救命救急講習会

8月23日(水) 9:00～11:00
すくっぴーひろばのスタッフと一緒に受講します

☆協力・両方会員の集い

9月15日(金) 10:00～11:30
『ヒヤリハット研修』

事前にe-ラーニング
（一般市民向け応急手当
WEB講習）
を受講してください

☆ステップアップ講習会

11月14日(火) 10:00～11:30
『協力会員のためのアンガーマネジメント講座』
講師：Edu Support Office代表 川上 淳子氏

# ただいま活動中！

すくっぴーひろばの一時預かりをまだ利用できない月齢（6か月未満）のお子さんを預かってほしい時、ファミサポを利用してみませんか？
今回は、協力会員さんのご自宅でのお預かりの様子をご紹介します。

歯科通院のために利用させていただきました。
子連れでは難しい用事があっても、協力会員さんにお願いできるという選択肢が持てることに大変心強く感じています。
子どもが過ごしやすい環境作りをしてくださり、また利用中の様子も丁寧にお伝えいただき、安心してお願いすることができました。（利用会員さん）

お預かりをする中で、泣き声が強くなったな、体が大きくなったな、と成長を感じることができて嬉しく思います。泣き声も寝顔も、ふとした時に見せてくれる笑顔もすべてが可愛く、私にとっても癒しの時間となっています。
（協力会員さん）

事務局より

## アンケートのご協力ありがとうございました

お忙しい中、ファミサポアンケートにたくさんの回答をお寄せいただき、ありがとうございました。会員の皆様から寄せられた声の一部を紹介させていただきます。

### 協力会員

**Q会員になった理由は？**

子育て世帯を応援したい …61.3%
子どもが好き …22.6%
持っている資格を生かしたい …3.2%

**Q預かってこんなところが良かった**

お子さんの笑顔に元気をもらった
お子さんの成長が感じられるのが嬉しい
我が子と一緒に遊べて、楽しかった
利用会員さんが自分の時間を持つことができて良かった
自分のためになった
自分の空いている時間にお手伝いができる

### 利用会員

**Q会員になった理由は？**

仕事のため援助を頼みたい …41.8%
いざという時のため …30.9%
子連れで行けない用事があるため…20.0%

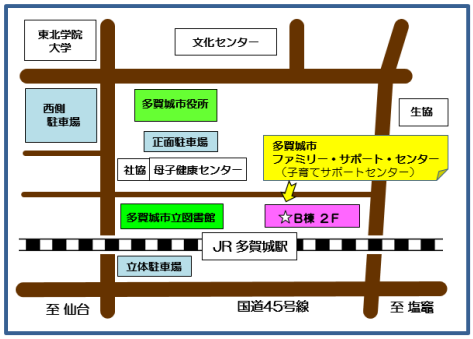
**Q預けてこんなことが良かった**

近くに親戚がいないので助かった
お迎えの時に様子をきちんと教えていただき、安心した
子どもが希望する習い事を続けることができた
時間に余裕を持って子育てができた
協力会員さん、そのご家族の方にも自分の子どものように可愛がっていただいた

＊ファミサポ通信７月号は、すくっぴーだよりと合同で発行しました。ぜひ、すくっぴーだよりもご覧ください。


**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　すくっぴーひろば内）**

〒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
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


ファミサポHP