

# ふれあい新聞

ファミリーサポートセンター(ファミサポ)は、子育ての「援助が必要な方」と「援助を行いたい方」を結ぶ会員組織です。

ブロックで遊んだり、鬼ごっこをしたり…  
いろいろな遊びを教えてくれる子どもたち。  
可愛い笑顔に癒しと元気をもらっています。



## 子どもたちは提供会員さんが大好き

### ◆ファミサポ体験談 (依頼会員Yさん) ◆

私たち家族は県外に住んでいますが、八戸にお店をオープンするにあたって、日曜日に子ども2人を預かってくれるところを探していました。全く見つからず困っていたときに、八戸市のホームページからファミリーサポートセンターという存在があるのを見つけ、提供会員のMさんを紹介していただきました。

日曜日の午前中、お店の隣の事務所で子どものミルクやおむつ替え、遊びなどの面倒を見てもらっています。すぐ様子を見に行ける距離にいるので安心です。3歳の娘はとにかく懐いていて、会う瞬間はMさんの名前を叫びながら、まず激しめのハグから始まります(笑)。1歳の息子は眠くなったら抱っこされながら寝るそうです。2人とも初日からMさんと仲良く遊んでおり、イヤイヤなどは全くありません。優しい雰囲気と笑顔が素敵なMさんは、子どもが喜びそうな折り紙やお絵描きセットなどを毎回用意してくれていて、とても愛情を感じます。そんなMさんに甘えてしまっていますが、心から感謝しています！

ファミリーサポートセンターは、里帰り出産や通院、お仕事などにより八戸市でサポートを受けたい場合、八戸市に住民票がなくても登録・利用することができます。  
お気軽にご相談ください。

# 乳児・幼児・児童のための赤十字救急法

第3回ステップアップ研修会では、日本赤十字社青森県支部から講師として山野内博見先生をお招きし、救命救急法を学びました。17名の提供会員が参加し、救命救急の基礎知識を学んだ上で、人形とAEDを使用し、心肺蘇生法を体験しました。研修では、いざというときに役立つ、新たな知識を身につけることができました。今までの救命救急講習とは一味違う！と参加者に大変好評で、「赤十字の救命救急講習をまた企画してほしい」の声が多数あがりました。



## 学んだこと 1

AEDは心臓を動かすものではなく、電気ショックで異常な動きを止めるもの！心臓の動きを止めるので、胸骨圧迫が重要。

## 学んだこと 2

成人に人工呼吸をすることがためられる場合は、省略しても良い。AEDと胸骨圧迫を続けるだけで救命率が格段にあがる。

## 学んだこと 3

傷の手当は止血が重要。少量の出血の場合、傷口に繊維が残ってしまうティッシュではなく、ラップの上から圧迫すると良い。

通院時の子どもの預かりや、保育施設の送迎など、子育て世帯の育児のお手伝いをしていただく“提供会員”を養成するため、今年度2回目となる講習会を開催しました。新しく20代～60代の女性6名が登録し、貴重な人材を確保することができました。

子育て方法は常に進化しています。いつかは活動したいと考えている方、もう一度研修を受けたい方、子育て・孫育てに役立てたい方も大歓迎！現代の子育てについて最新の専門的な講習を受けられます。無料託児もありますのでご興味のある方はお問い合わせください。



## ～ 参加者アンケートより ～ 受講したきっかけは…？

- 40年前の自分の子育てと、どこが違うのか聞いてみたくて参加しました。
- 昔、自分も預け先がなく困ったことがあり、困っているお母さん方の助けになればと思いました。
- 自分の空いている時間を、何か社会に役立てられないかと思い、参加を決めました。

アンケートでは「自分が子育てを始める前に聞きたかった」という感想もいただきました。これから子育てが始まる方のためにもなる講習です。子育て前、子育て中の方もぜひご参加ください。

# お花屋さんとしめ飾りを作るよ

ファミサポ全体交流会では、お正月に飾る豪華なしめ飾りを制作しました。講師は生花店「花倶楽部マーラリッシュ」の山沢清文先生です。グルーガンを使ってパーツを好きな位置に貼り付けていくだけの簡単な作業なので、お子さんにも楽しんで作ってもらえました。面白いのは、同じパーツを使っているのに、作成する人によって全く違った印象の作品になる事です。それぞれの会員は出来上がった作品を見せ合ったり、情報交換をしたりなど、とても楽しい交流会となりました。



# 支える側の「あーだ、こーだ。」



講師 理学療法士 塚尾沙貴 先生

ファミリーサポートセンター & 子育てサロン合同研修会を開催し、今と昔の子育ての違いや、さまざまな不安や悩みを抱える現代のママたちへの関わり方について、グループワークを通して考えました。昨今、産後うつになるママが倍増しています。他者が子どものためと思って悪意なくかけた言葉でも、「私はちゃんと子どもを見られないダメな母親なんだ…」と自分を責め、モヤモヤを抱えてしまうことも。今も昔も子育ては簡単なことではありません。子育て世帯を支援する側として、ママの頑張りや辛さ、背景を想像することの大切や、否定したり正論を押し付けたりするのではなく、ママの言葉に耳を傾けて共感することの重要性を学ぶことができました。

## ～ 参加者アンケートより ～

- 今のママの気持ち、視点に沿った内容で勉強になりました。参加して良かったです。
- タイミングなど声掛けの工夫の大切さを学びました。
- 今と昔は違う。今のママたちを上手に支えたいです。



現代の子育ては…

**果汁はなくてOK！※**

➡ 母乳や現代のミルクには赤ちゃんの成長に必要なビタミンが含まれているため。虫歯予防にも。

現代の子育ては…

**抱っこ推奨！**

➡ 愛着、情緒安定、感情や発達形成などのメリットがたくさん。「抱き癖はつかない」が現代の主流。

現代の子育ては…

**大人より一枚薄着に！※**

➡ 体温調節機能が高まり、風邪を引きにくくなる。状況に応じて大人が上着を脱ぎ着させることも必要。

※生後6か月未満

※生後4か月以降

# センターからのお知らせ

## 小学校に入学されるお子様をお持ちの方へ

新年度に入る前後になると会員登録や打合せをする方が増える傾向にあります。特に児童館や学童クラブは保育園より利用時間が短くなるため、子どもの放課後の預かり等について相談される方が多くなります。急なご相談には対応できない場合がございますので、4月から小学校へ入学されるお子様をお持ちの会員は、余裕をもって早めの相談をお勧めいたします。

### 例えばこんな時…

- ＊ 春休み中、小学生を1人で留守番させたくない。
- ＊ 新1年生は1週間くらい早帰りが続いたら、どうしよう？
- ＊ 学童クラブが18時までだけど迎えに行けない。
- ＊ 入学式、入園式に出席する間、下の子を預かってほしい。



## 中学へ進学するお子様をお持ちの会員へ

八戸市ファミリーサポートセンターの対象年齢は「生後56日～小学校6年生まで」です。4月に一番下のお子様が中学校へ進学する依頼会員はサポート対象外となり、自動的に退会となります。また、両方会員の場合は、会員種別が提供会員に変更となります。

## 登録内容の変更・退会予定がある会員へ

結婚・出産・転居・転職・進学等で、登録内容に変更がある方や、退会を希望される方は、各種様式へご記入の上、センターまでご提出ください。また携帯番号を変更した方も必ずご連絡くださるようお願いいたします。

● 提出期限 令和6年3月31日まで

## 提供会員・両方会員交流会のご案内

昨年度大好評だった「体験発表会」を今年も開催！令和5年度に活動した2名の会員のお話を聞いて、今後の活動に活かしましょう。日頃の感謝を込めて、茶居花のクッキー＆ケーキのお土産もあります。参加費は無料！お早めにご応募ください。

## ファミサポ体験発表&座談会

- 日時 令和6年3月1日(金)
- 時間 14:00～15:30
- 定員 先着20名
- 場所 八戸市総合福祉会館5階研修室
- 内容 活動事例発表および座談会
- 対象 ファミサポ 提供会員・両方会員のみ



写真はイメージです

## 編集発行

### 八戸市ファミリーサポートセンター

〒039-1166 八戸市根城八丁目8-155 八戸市総合福祉会館 1階  
社会福祉法人 八戸市社会福祉協議会  
TEL: 0178-71-2750  
FAX: 0178-71-2751  
【e-mail】 f\_support@hachinohe-shakyo.or.jp  
受付時間 【電話】… 月曜日～金曜日 8:30～17:00  
【メール・FAX】… 24時間  
※土・日・祝日・年末年始はお休みです