みとファミサポだより
ぱっそ　ぁ　ぱっそ　37号
passo a passo（イタリア語で一歩一歩の意味）未来に向かって

発行：水戸ファミリー・サポート・センター
〒311-4143　水戸市大塚町 1863-169
Tel　029-303-7277　Fax　029-303-7288　http://www.famisupo-mito.com
令和６年２月８日発行

日頃より、会員の皆さまには、水戸ファミリー・サポート・センターの活動に、ご理解とご協力をいただき、誠にありがとうございます。皆さま、いかがお過ごしでしょうか？

2024 年の幕開けは、お正月早々、能登半島地震や羽田空港での航空機同士の衝突事故等、大変ショッキングな出来事がありました。もしものことは誰にでも起こりうるというということや、もしもに備えた日頃の準備の大切さを改めて考えさせられたのでした。どうか、援助活動ハンドブックの 10 ページ、**「緊急時（災害を含む）の対応について」**を再度お読みになり、ご確認ください。本センターの講習会でも、昨年６月に水戸市防災管理課の方を講師にお招きし、「子育て支援と災害に備えたリスクマネジメント」と題して、一般的な災害時の対応や水戸市の各地域環境に応じた対応についても教えていただく機会がありました。その時の講習の中身のポイント等を、再度確認のため掲載したいと思います。参考になさってください。また、自然災害発生時の協力会員・利用会員・ファミサポとの対応手順をわかりやすく**別紙《参考１》**として配布させていただきますので、ご確認をお願いいたします。

なんといっても命が大事！

予測できない地震がおきたら特に心配だなあ。

緊急時のポイント（特に地震を中心に）

1　緊急連絡先の会員様同士の確認

・互いに何らかの連絡が取れる状態が大事（職場の協力も必要）　・保育施設等の電話番号の確認
・震度５以上は活動中止。もしもの場合の協力会員さんの避難場所を伝えてあればベスト！

2　避難場所への道順確認

・とりあえずの避難場所を決めておき、お預かりの援助時は利用会員さんにも伝えるとベスト！

3　災害用伝言ダイヤル「171」や伝言版 web「171」の利用方法の確認

・利用会員さんがすぐにお子さんを迎えに来られるとは限らない。前もって利用方法を確認。

4　水戸市の災害マップでの自宅付近の環境確認

・水戸市ハザードマップ（洪水・土砂災害・津波）、水戸市地震防災マップ（揺れやすさマップ）で、自宅付近や援助活動場所付近の状況を把握しておくのが大事。

5　自宅やその周辺の倒れやすいものの固定や確認

・自宅内では日頃から家具の固定。落下物が無いように注意。屋外では、看板やガラス、塀や崖等の崩壊に注意。

6　車で移動時の対応の確認

・ゆっくり車を道路左に駐車。カギはつけたままにし、車から離れる。

第３回・４回講習会を開催しました

ご参加の皆さま ありがとうございました

《10／26①》 救命講習　講師：水戸市救急普及協会

・胸骨圧迫は、リズムよくやるには、体力が必要だと思わされました。新しい情報や進歩しているお話等、大変役に立ちました。
・乳児・小児により対処に違いがあることを理解することが出来ましたが、一度の救命講習では慌ててしまい、数度講習受講したいと思います。
※救命講習は５年に１度は受講していただくことが理想です。

《10／26②》 発達に応じた子どもの遊び　講師：保育士・親子体操講師　手話サークルさくらんぼ代表 青木千鶴子先生

・とにかく楽しく参加出来ました。これから少しずつ勉強したい気持ちになりました。子どもたちの笑顔が浮かびます。
・時間を忘れた楽しいひと時でした。手話は初めてでしたが、楽しみながらできました。先生もユーモア交じりで楽しい時間でした。

《10／26③》 子どもの年齢に応じた身体の発達と病気との関係

講師：丸山小児科・皮フ科院長　丸山　剛志先生

・子どもの病気、危険なこと、食物アレルギー等、専門的なお話が聞けて、とても参考になりました。役立つお話でした。
・資料と映像のスライドで多くの対処法が学べ、会員側からの質問でよりよく理解することが出来ました。
・最近の流行やコロナなどについても聞けてよかったです。

《10／31①》 子どもの栄養と食生活　講師：全国料理学校協会料理准教師　食育インストラクター　岸本扶貴子先生

・アレルギーのお話は子どもの時に自分は苦労しなかったので、実はとても気を配らなければいけないと分かり、はっとしました。
・小さい時からの食の大切さ（つくる人が選ぶ食べ物の色、形、味、食器によって好き嫌いも出てしまうので）のお話が大変参考になりました。
・先生の手作りおやつの「おいものトリュフ」が美味しかったです。

《10／31②》 児童虐待と社会的養護　講師：茨城女子短期大学専任講師　森井　榮治先生

・虐待等に関しては、支援は子どもだけでなく保護者にも必要であること、聞くことをして相手を否定してはいけないことを学びました。
・心にしみる、前向きになれる、心の熱くなる、深く考えさせられる、自分のふり返りになるとてもよいお話でした。
・自分がいつも「快」の状態でいることの大切さがわかりました。

《10／31③》 子どもの心の発達段階とかかわり方　講師：親業インストラクター　中島由佳子先生

・「私メッセージ」は理解していました。しかしその時になると、すぐこちらの要求を言っていました。講義を聴くことで改めて言葉の使い方を学ぶことが出来ました。
・「能動的な聞き方」が問題解決につながることが多々あると知りました。
・命令・脅迫・説教・・などの言葉より、肯定的な気持ちを伝えることが大事と思いました。
・事例紹介が勉強になりました。孫対応にも活用できそうです。

来年度もためになる有意義な研修を計画しています。ふるってご参加ください。

令和５年度　会員交流会

令和６年１月28日（日）、水戸市民会館でミニフラワーアレンジメントづくりとお茶会で、会員交流会を行いました。16 組、32 名の方が参加され、４名の協力会員が託児を担当しました。

講師の石井美紀さんがたくさんのお花を用意してくださいました。

託児スペースの様子です。

先生の説明を良く聞いて製作します。

親子で楽しみながらそれぞれ素敵な作品が出来ました。

《感想》

・娘にとっても貴重なお花に触れる機会をいただけて良かったです。私自身もお茶会を含め、楽しい時間を過ごす事が出来ました。（利用会員）

・初めての交流会参加でした。お花のアレンジメントづくりも初めてでしたが、子どもたちも楽しく参加させて頂きました。（利用会員）

・子どもも鋏を使ったりセロハンテープを使ったりするのが好きな年頃なので、難しすぎず楽しめました。（利用会員）

・楽しく参加出来ました。援助活動をお願いしたことがなく、サポーターの方々と交流できればと思いました。（利用会員）

・お手伝いで来ましたが、皆さん親子で楽しく活動されていてうらやましかったです。お花を使っての活動は華やかさと癒しがあって、とても良いと思います。見ているだけでも、楽しかったです。（協力会員）

最近の援助活動の傾向

統計に使用している分類用語が、時代ごとに変化しているので単純に比較できないのですが、最近の傾向では**習い事や塾への送迎依頼が**増加しています。

	2008年（H20）	2018年（H30）	2022年（R4）
１位	保育園・幼稚園等の送迎とお預かり　825 件	放課後児童クラブ終了後の子どもの預かり　1, 324 件	**子どもの習い事等の場合の援助　801 件**
２位	保護者等の外出の場合の援助　418 件	保育施設の保育開始時前や保育終了後の子どもの預かり　888 件	保育開始前の子どもの預かり及び援助　717 件
３位	学童・放課後児童のお迎えお預かり　364 件	保育施設までの送迎　652 件	学校から学童クラブへの送り　568 件
総数	1, 941 件	4, 338 件	3, 874 件

※　赤は援助活動の実施件数

ひととき保育の利用のおすすめ

利用会員さんの中には、会員登録はしたものの、まだ１度も利用したことがないという方もいらっしゃいます。そのような方から、お仕事や、子育て、また一家の主婦として多忙を極め、自分の時間をなかなか持てないというお話をうかがったりします。そんな時は、「ひととき保育」（下記パンフレットがホームページにあります）をご利用になってみてはいかがでしょうか？ほっとしたひとときが、心の余裕を生みだすことと思います。

病児・病後児保育について

２０２３年度、コロナも落ち着き第５類のインフルエンザと同じ扱いになりました。それと共に当センターにも、病児・病後児の援助ご依頼が増えています。そこで当センターでは、近隣の県ではどのような病児・病後児保育を行っているかなどの情報を集め、運営の方向を探ってきました。当センターの医療アドバイザー丸山小児科・皮フ科病院長丸山剛志先生のご意見を参考に、また、担当できる協力会員さんが高齢化していることも考慮し、現在のところおおよそ、次のような方針で行いたいと考えております。

①、病児・病後児の利用は、お預かり・保育施設の送迎・代理受診等、すべて医療機関を受診後、医師が感染の心配がなく、他者に預けても問題がないと判断した時。

②、**別紙《参考２》**、「症状により利用可能な病気」の判断基準を参考。

どうぞご協力とご理解のほどお願いいたします。

お知らせ・お願い

《新年度を迎えるにあたって》

新年度移行に伴い、登録情報（住所・連絡先・保育施設等）に変更がある方はファミサポに連絡をお願いします。

☆４月にご利用をお考えの方は早めにご相談ください。

水戸ファミリー・サポート・センターTEL：303-7277

《利用会員さんへのお誘い》

利用会員だけれど、時にはよそのお子様のお預かりが出来る場合は、両方会員さんとして活動してみませんか？また、お子様が大きくなり３月で退会なさる方も、可能な方は、サポートする側の協力会員として活動してみませんか？そうしたお気持ちがある方は、ぜひご連絡ください。

《自家用車での送迎をなさる協力会員の方へ》

自家用車使用申請の時に提出なさる書類は、車検の有効期限や任意の自動車保険の有効期限をご確認の上ご提出ください。またどちらかを更新した場合には、必ず再提出していただきますようお願いします。

《2023年で退会された協力会員さんからの寄稿》

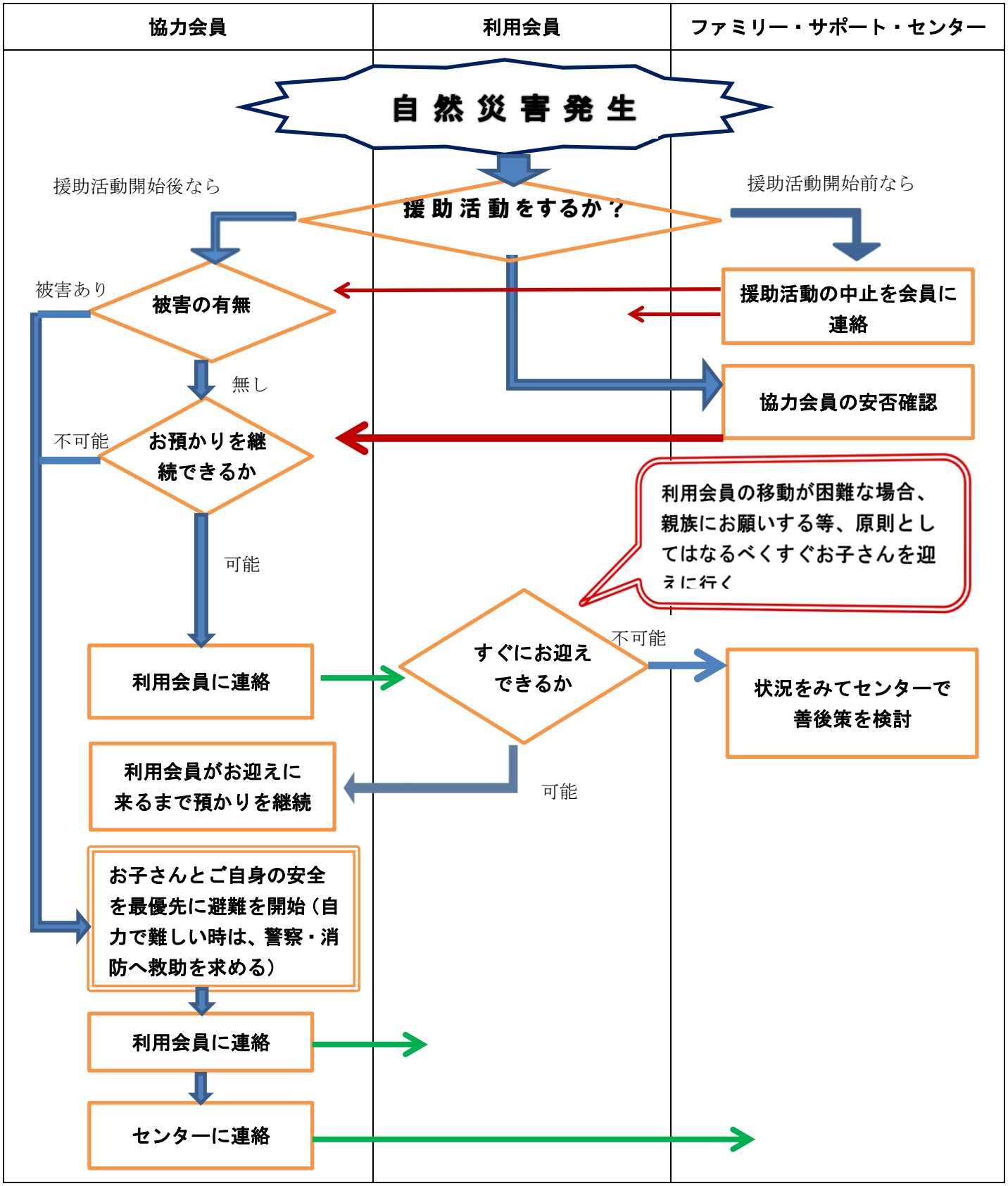
ファミサポでは、３年間サポートさせていただきました。主に、幼稚園・保育園の送迎をしました。バスに乗ってみたいというお子さんとバスに乗って降園し、私宅でお母さんの勤務が終わるまでお預かりしたこともありました。時にはホットケーキやポップコーンを作ったりブロック遊びをしたりして、楽しい時間を過ごしました。産後のお母様の代わりに保育園へのお迎えもありました。そうしたサポートは私自身の生活のリズムにも大変良かったです。少しでも、利用会員の方々とコミュニケーションを取って活動出来たらと思いました。今、介護等もありファミサポでのサポートの時間がありません。退会することにしましたが、機会があれば再び会員登録をして、働くお母様の為に役立てればと思います。（　F.S.さん　）

会員数 1241 名（令和６年２月１日現在）		
	利用会員	1037 名
	協力会員	153 名
	両方会員	51 名

参考１　**自然災害発生時（台風・大雨・大雪・地震等）の対応手順**

【原則】
- ◆ 子どもと会員の生命の安全を最優先する。
- ◆ 二次災害が発生しないよう、安全最優先の行動を選択する。
- ◆ 受けた被害を早く復旧し、早く日常の生活を取り戻す。

援助活動の前に震度５以上の時は、発生当日は活動中止になります。



※　一般財団法人「女性労働協会」編「ファミリー・サポート・センター事業における自然災害対応の手引き」をもとに作成

参考２

症状により利用可能な病気

病　　名	利用可能な判断基準
感冒 アデノウイルス感染症 （咽頭結膜熱等） A 群溶血性連鎖球菌咽頭 RS ウイルス感染症 マイコプラズマ感染症 その他	・まったく元気がなくぐったりしている状態ではない。 ・38.0℃以上の発熱が続いていない。 ・嘔吐・下痢による脱水症状の兆候がない。 ・咳・喘鳴（ぜんめい）はあるが呼吸困難な状態にはない。 ・固形物は取れないが、水分は取れている。 ・症状が悪化する危険性は低い。

インフルエンザ	発症後 5 日を経過し、且つ解熱後 2 日以上経過していること。
コロナ	発症後 5 日を経過し、且つ解熱後 2 日以上経過していること。
流行性耳下腺炎	発症後 5 日を経過し、腫れがひいていること
水痘	発症後 7 日を経過し、すべての発疹がかさぶたになっていること
消化器症状（ノロウイルス等）	腹痛や嘔吐・下痢の症状が治まり、軽微な急性胃腸炎症状の場合
百日咳	特有の咳が消失後または 5 日間の適正な抗菌性物質製剤による治療が終了後

☆受け入れることができない場合
・全身症状が悪い場合
・元気がない場合
・医師に密な観察が必要だと言われた場合
・水分がとれない、おしっこが出ていないなどの脱水症状がみられる場合
・重症化する恐れのある感染症にかかっている場合
・その他状態によりアドバイザーが認めない場合

☆受け入れ可能な子どもに多い病気（参考）
上気道炎、扁桃腺炎、気管支炎、胃腸炎、ヘルパンギーナ、プール熱（手足口病）、
溶連菌突発性発疹、はやり目、急性出血性結膜炎、とびひ、おたふく、
風疹（三日ばしか）中耳炎、りんご病、水ぼうそう等
※症状によってはお預かりできない場合もあります。

☆受け入れ可能な状態
・解熱剤を使わずに、38.0℃以上の熱が半日以上出ていないこと。
・日常かかりやすい風邪や下痢等は、主要な症状が落ち着いてきた場合
・感染症症状は、ひどい咳や発熱などが落ち着いてきた状態
・慢性疾患（喘息など）は、発作などが落ち着いてきた状態
・外傷性疾患（骨折・やけどなど）は、症状が落ち着き、また安静が必要な状態

2023(R5)年 9 月 25 日作成
医療アドバイザー確認済