

ふぁみ・さぽミニ通信

ファミ・サポは、初めは知らない人同士がセンターの仲立ちによって出会い、助け合いをする制度です。

知らない人に子どもを預ける、あるいは知らない子どもを預かるということに戸惑いを感じ、勇気が出ないという声を聞くことがあります。不安な思いもよくわかります。

ある雑誌に『現代は知らない人とあまり関わらずに生活できる環境になってきており、閉じた環境の中で子育てせざるをえない面もある。子どもは、いろいろな「知らない人」と関わ

り合いながら大きく育つもので、「知らない人」との出会いが、「知らない」ことに出会い視野を広げていく重要な機会になっている。

それはまた、大人にとっても同じで、「知らない人」と出会い、「知らないこと」を知ること、忘れていた「好奇心」や「躍動感」が呼び起こされ、自分が変わるきっかけになる。』といったことが書かれていました。

ファミ・サポも、地域の中でお互いに関わりあって、ともに育っていく社会になればとの願いを持って活動しています。

「さん・さん祭り 2016」 クリスマス会

平成 28 年 12 月 4 日、美作大学児童文化研究部の皆さんを迎えて、人形劇や歌や手遊びで楽しみました。また、手作りカードやサンタさんからのプレゼントにも大喜びの子どもたちでした。



行事報告



「さん・さん祭り」展示

アルネ・津山 4 階の展示ホールで、日頃「さん・さん」を会場に活動している皆さんの作品展示や活動紹介が行われました。

ファミ・サポも活動や行事の紹介などの展示をしました。活動を来場者の方々に広く知っていただくことができました。

つながい

会員のページ **つながり** は、今回で終了です。約 2 年間にわたりこのページを担当してくださった山本弥生さんにお尋ねしました。



Q：通信づくりの感想は？

A：食を通して家族の「つながり」、人との「つながり」を届けられたらと思い作りました。「毎回楽しみです」「子どもと作ってみておいしかったです」などの感想をいただいた時にはうれしかったです。

Q：子どもさんにも料理コーナーでご協力いただきましたが、感想はどうですか？

A：長男は「自分で好きなように飾れて楽しかったし、おいしかった！」そうです。

Q：子どもさんの食事づくりはどのようなことに気を付けておられますか？

A：成長期の食事は、体作り、味覚の形成に大きな影響を与えると思うので、できるだけ安全な食材を使い、薄味で栄養バランスのとれた食事をと気を付けています。



Q：普段子どもさんと食事づくりをしますか？

A：長女は料理番組が大好きで、食事づくりの手伝いもしたがるのですが、私に余裕がない時が多くて……。反省しています。

通信を読んでいただいた皆様、短い間でしたがありがとうございました。

何か少しでも、皆様にお役に立てて「食」に関心を持っていただけたとしたら幸いです。

両方会員 山本弥生



山本さんには栄養士の立場で、食べ物や人とのつながりを中心に日本古来の習わしや食文化についての話、親子で簡単に楽しく作る料理などを紹介していただきました。人の生活の基本となる大切な“食”についてまだまだ教えていただきたいという思いでいっぱいです。また、機会がありましたら食にまつわるお話を聞かせてください。

大変ありがとうございました。

朗報！

子育て支援(預かり)の選択肢が増えます

アルネ・津山に、3月18日、子どもの預かりルームがオープンします。ファミ・サポ以外に援助施設が増えることは、子育て中の人にとってうれしいことです。どちらも子育ての力強い味方です。

保育園の一時預かり保育も含め、預けたい状況に合わせてどこを利用するか選びましょう。

ちがいは
なあに？

広報津山3月号
をご覧ください

津山ファミリー・サポート・センター		一時預かりルーム にここ
津山市の事業で 会員同士の助け合い	預かり場所	津山市が「株式会社おもちゃ王国」に運営委託
会員宅や公共の場所など		アルネ・津山 4F フロア
相手の会員と相談	利用時間	午前10時～午後7時 (火曜日は休み)
0歳～小学6年生	対象	生後6カ月から就学前までの 幼児(市外の人も利用できる)
預かりや送迎	内容	預かりのみ
会員登録した提供会員	預かる人	保育士2名
平日(7時～19時) 500円 早朝・夜間 700円 土・日・祝日・年末年始 700円 軽度の病児 700円	利用料金	最初の2時間 ・3歳以上400円、 ・3歳未満700円

有償のボランティア活動

アドバイザーが
仲介

お互いの安心のため、
事前に顔合わせを実施

その他

アルネでの買い物
の時便利

定員：10人程度
(0歳児は2人程度)

空き状況により
当日利用可



子育てを頑張り過ぎず、ちょっと
人の力を借りることも必要ですね。

共催講演会報告

11/27 (日) 人権啓発課主催
人権を考える市民の集い
「LGBTを理解する
同性婚・新しい家族のかたち」
講師 東 小雪さん
(LGBTアクティビスト)

1/21 (土)「さん・さん」主催
多様な性と生き方への理解
「共感が人を救う
～絶望から希望への折り返し地点」
講師：臼井 崇来さん
(性同一性障害当事者)

2/25 (土)「さん・さん」主催
傷つけ合う家族
～DV・虐待を乗り越えて～
講師：藤木 美奈子さん
(一般社団法人WANA関西代表理事)

アドバイザーの
ふあみばなし
連絡編

会員募集

- ・子育て中の方
安心の子育てのために
- ・子育ての手伝いをお考えの方
子育て世帯の応援のために

お願い

ご登録を！

ご寄付ください！

ジュニアシートが
不足しています。



変わりました！

E-mail

famisapo@city.tsuyama.lg.jp

子育てサポート講習会報告



1月25日(水)
「子どもの栄養と食生活」
講師
津山市健康増進課栄養士
湯浅 貴恵さん

子どもが好まない物でも調理法を変えるなどして食卓に並べてください。

内容



子どもの発達と食べ物の関係

乳児期から学童期にかけての発達に応じた食事の形態、量、気を付けたいことなどを、食品サンプルも見ながら学びました。

バランスの良い食事

主食、主菜、副菜を組み合わせるとバランスよく食べることが重要とのお話で、自分の食生活についてのチェックも行いました。

おやつについて

3回の食事ですりにくいものを選び、時間を決めて、甘すぎない物、塩辛すぎない物を選ぶようにとのことでした。

体調が悪い時の食事

おう吐、下痢、発熱、便秘など、症状に応じた注意点やメニューの紹介がありました。

生涯にわたって大切にしたい食育

幼児期は、将来の食習慣の基盤をつくる大切な時期であり、食事づくりなどお手伝いをするのが食への関心につながるとのことでした。そして、一番大切なのは楽しく食べること、というお話でした。

お知らせ

「ミニサロン」

毎月 第4水曜日
(午前10時30分～正午)
「さん・さん」で、気楽に立ち寄り楽しめるサロンを開催しています。
会員でない方もどうぞおいでください。

ミニ通信はHPで！

通信を会員の皆さんに送付できるのは、年に1回だけ。このミニ通信は市のホームページでも見られるので、他の2回はHPで見てね。

問い合わせ先

津山ファミリー・サポート・センター
〒708-8520 津山市新魚町17番地

TEL: 31-8753

アルネ・津山5階「さん・さん」内

<開館時間> 月・水～金曜日 午前10時～午後7時 土・日曜日 午前10時～午後6時

<休館日> 毎週火曜日・祝日・年末年始

会員数 1017人 依頼会員 543人 提供会員 398人 両方会員 76人 (平成29年1月31日現在)