

津山ファミ・サポミニ通信

No.60 2019/2月

いよいよ平成時代の終わりが近づいてきました。

津山ファミリー・サポート・センターは、平成11年11月開設、12年1月より活動を開始し19年目に入りました。この間、多くの家庭のSOSに応えることができましたことは、活動にご理解、ご協力くださった皆様のおかげです。中でも提供会員の皆さんのお力なくしてサポートは成り立たず、調整役の私たちも心強く思うと同時に深く感謝しています。

現代は、子どもを取り巻く環境が大きく変わり安全が脅かされていると感じます。子どもと親が安心して生活できる環境作りに少しでも貢献できるようスタッフ一同頑張りたいと思います。今後も温かく見守っていただけますようお願いいたします。

～交流会の報告～



クリスマス交流会 平成30年12月9日(日)
「さん・さん祭り」イベント

約100人の参加者が人形劇、紙芝居、トーンチャイムの演奏を楽しみました。サンタさんから全員にプレゼントがもらえうれしかったね。



「さん・さん祭り」の展示会場でファミ・サポの活動を紹介



読み聞かせボランティア「たんぼぼの家」の皆さんによる人形劇「ぐりとぐら」
子どもたちの目は釘づけ・・・

お父さんのための ベビーマッサージ
2月16日(土) 「さん・さん」と共催

生後4ヵ月～8ヵ月の赤ちゃんとお父さんたちが触れ合いました。マッサージは、肌と肌から互いの存在を感じ取れるコミュニケーションです。



講師は高柳典子さん



子どもと触れ合う時間が持てて良かった。



お父さん同士の話ができて良かったです。



～子育てサポート講習会の報告～

1/31 「栄養と食生活」子どもの発達に応じた食事
講師：湯浅 貴恵さん（津山市健康増進課 栄養士）



内 容

① 知ってる？子どもの発達と食べ物の関係

乳児期の子どもの環境、栄養、反射運動などの特徴や離乳食開始のポイントと口の発達（歯の生え方や舌の動き）に合わせた離乳食の進め方について。

② バランスの良い食事ってどんなもの？

主食・主菜・副菜のバランスと色合わせについて。発達に応じた食事の量について。

③ おやつについて考えよう

おやつを与える時の注意点。（時間と回数と量。甘すぎずからすぎない物を。食べる分だけを器で与えるなど。

④ 体調が悪い時の食事は？

食欲のない時、食欲が出てきた時、吐き気のある時、治まった時、下痢の時、便秘の時等の症状別の与え方について。

⑤ 生涯にわたって大切にしたい食育

～できることから始めよう！～

「食」に関する知識とバランスの良い「食」を選択する力を身に付ける。健全な食生活を実践できる力を育む。女性はやせ（BMI 18.5未満）、BMIの計測の仕方について。

以上が主な講義内容でした



1～2歳児 1日の食事の目安

参加者の感想

*食習慣の中でカルシウムや鉄分が足りていないと改めて気づくことができました。子どものおやつのことなど見直したいと思います。（会員 40代）

*離乳食をずっと食べなくて困っていましたが、今は食べ過ぎるくらいで、どれくらい与えて良いのかわからなかったのですが、サンプルの量を見て良くわかりました。（会員 30代）

*食欲アップの効果のある食品の色があることは知っていましたが、味をより濃く感じさせる効果のある色があることを知り、生活に取り入れようと思います。（会員 30代）

*子どもの発達に応じた食事のことだけでなく、季節に応じた地域の古くからのしきたりを次世代へ伝えることも大切だと知りました。（会員 60代）



～ 講習会のご案内 ～

子どもの健やかな成長のために
～児童虐待のない津山をめざして～

日 時：3月6日（水）10：30～12：00

講 師：高見 典幸さん

（津山市こども子育て相談室室長）

会 場：津山男女参画センター「さん・さん」

会員のページ

自慢の 会員さんのペット紹介

浅原 久美子さん

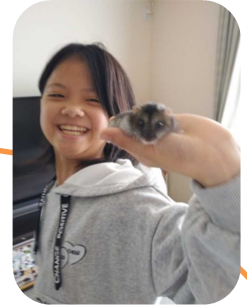


- ①提供会員になり10年近くなります。最近はあまり活動できていませんが、よくサポートした頃は、夕方から夜にかけて預かることが多く、その子ども達も今小学校2~3年生になっています。
- ②雑種の猫が3匹います。最初に飼った雌猫「くり」は夫が拾ってきました。あとの雄猫「たら」と雌猫「うに」は、家の玄関前で寄り添っていたところを保護しました。その1週間前に「レオ」という猫を亡くしたばかりだったので、元気もらいました。
- ③「くり」は運動神経が悪くどんくさいので、高い所もなかなか登れません。そこがかわいらしく癒されます。「たら」は甘えん坊で人懐っこくやんちゃです。「うに」はくったくなく元気いっぱいです。
- ④癒しと元気をくれる存在！！

～ 紹介内容 ～

- ①会員の自己紹介
- ②ペットとの出会いとペットの紹介(種類・歳・雌雄など)
- ③可愛さや性格など自慢したいところ
- ④家族の中でどんな存在かなど

井上優子さん

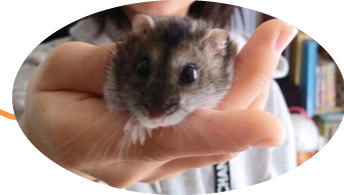


- ①夫婦で両方会員です。最近はお子さんの送迎や夕方の預かりをさせていただいています。
- ②犬(シェットランドシープドッグ)・モモンガ・デグー・メダカ5匹・キンギョ2匹・ベタ・イシガメ3匹・ハムスター2匹
- ③ハムスターは2匹(メスのショコラちゃんとメスのイチゴちゃん)ともに小さい時から育てているので、人懐っこく手に乗せている時の毛づくろいしている姿は見ていると癒されます。2匹とも甘えん坊さんです。
- ④癒しを与えてくれるだけでなく、時として家族以上に自分の理解者となってくれる存在です。

吉原 裕子さん



- ①依頼会員の吉原です。子どもは中1と小6で、数年前に習い事の送迎をお願いするため入会しました。
- ②買い物をしようと立ち寄ったお店で一目ぼれをしてしまいました。子どもたちに相談すると賛成してくれ飼うことになりました。名前は子どもが「小梅」とつけました。チワワとパピヨンの雑種です。
- ③パピヨン譲りの大きな耳とふわふわのしっぽが特徴です。帰宅したら大きな耳をペタッと畳み、しっぽを振って出迎えてくれいつも笑顔にさせてくれます。
- ④子どもは散歩をしたり遊んだり可愛がります。私や子どもがくつろいでいると、くっついてウトウトし始めます。その姿にとっても癒されます。



連絡をお忘れなく

- ・「住所が変わりました」
- ・「子どもが誕生しました」
- ・「仕事に就きました」など
変更のある方、必ず報告を！

お願い

お知らせ
と

顔合わせ済みの会員さんや サブ・リーダーさんの連絡先の登録を！

- ・センターの休館日、開館日の開館までの時間や閉館後の時間などにサポートが必要になった時は、直接顔合わせ済みの会員に連絡してください。
*その後センターへの連絡をお忘れなく
- ・あなたの地区のサブ・リーダーさんの電話番号も登録しておきましょう。

①サポートが終わったら、提供会員さんの報告書でサポートの様子が大体わかるわね。その様子が目に浮かびほのぼのするわ～

②文章から子どもさんに対する愛情を感じることが良くあるわね。最近の報告書の中からちょっと紹介したいわ。

③初めは、朝、依頼会員のお宅に子どもさんを迎えに行き、スクールバスの停留所までご夫婦（妻が運転）で送ってくださっている提供会員の夫の報告書から・・・

④車中で、〇〇くんは私の手を取り、「おててつないで～」と歌いながら行く。すごくゆったりした表情をしている。バスに乗る時、二人で「さむいさむい」と小走りであいながらバスに乗った。

④と⑥が
報告書

⑤次は、別の依頼会員が残業の時、保育園に迎えに行き預かっている提供会員の方の報告書です。
数日前、発熱した時にもサポートしてくださいました。こちらもご夫婦会員です。

⑦どちらのサポートも別の提供会員も関わってくださっているけど、皆さんのサポートぶりには頭が下がります。私たちも心が温まるわね。

⑥今日は迎えに行くと元気ハツラツに走って出てきてくれた。「じいじは？」「お家で待ってるよ」。自分の家の前を通りかかると、いつも「ママのうち」と。我が家に着くと、CDに合わせて踊ったり、TV見たりとくつろいでいる。

アドバイザーの ふあみばなし

サポート活動終了後の 報告書より

お問合せ 津山ファミリー・サポート・センター TEL : 31-8753 FAX : 31-2534
①708-8520 津山市新魚町17番地 アルネ・津山5階「さん・さん」内
<開館時間> 月・水～金曜日 10:00～19:00 土・日 10:00～18:00
<休館日> 毎週火曜日・祝日・年末年始・振替休日
会員数 1055人 (依頼会員: 554人 提供会員: 451人 両方会員: 50人) H31/1/31 現在