



ファミリーサポート通信 第1号

ファミリーサポートセンター会員交流会報告

血管年齢チェックとフラダンス体験!!

92名参加!!

去る2月29日、南平体育館アリーナに於いて開催。
フラダンサーもダンスの合間に血管年齢チェック!



企画、装飾、会進行は地区リーダー6名と事務局スタッフ。
交流会の実行委員会をつくり、何度も集まり打ち合わせを行
った結束力がこの交流会。
地区リーダーが心をこめてつくった「レイ」をフラダンス体
験者にプレゼント。

日野市健康課協力の血管年齢測定は、受付で配った
番号札で順番ごとに測定。フラダンス体験中でも興味
津々で順番待ち!

結果はすぐ知りたいけど、フラダンスを楽しんだ後に
保健師さんよりスライドで解説。反応は様々。でも皆
さん納得の表情。

山越あさ子先生をお招きしたフラダンスは 10 のブ
ログラムの披露と体験。ラストは「千の風になって」
を参加者全員で歌って踊りました。「健康と癒し」の交
流会となりました。



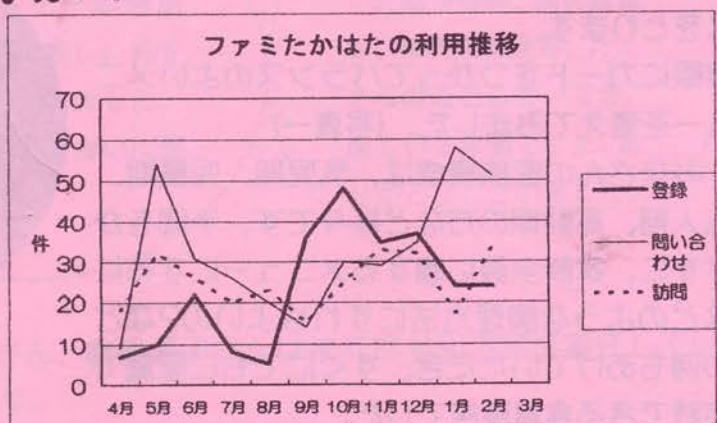
ファミリーサポートセンターたかはた開設からまもなく1年!

たかはた支所は、会員へのサービスの拡充のため
に19年4月に開設しました。

開所当初に比べ今は、地域に浸透され、たかはた支
所を利用する会員さんも増えてきました。

たかはた支所では、引き続き、会員登録相談、依
頼受付、活動報告書の提出、等承っておりますので
どうぞお気軽にご利用ください。

浅川南の会員数 628 名



19年度第3回保育講習会が終わりました

多摩平の森ふれあい館で開催された、ファミリー・サポート・センター保育講習会が2月28日をもって終了いたしました。新たに保育援助ができる提供会員さんが9名増えました。受講者の方々、6日間の講習お疲れ様でした。20年度第1回保育講習会は6月3日スタートです。最終面をご覧ください。

✿食育✿ステップアップ講座

先日、3月21日に「いただきます!健康メニュー自由自在」をテーマにファミリー・サポート・センターのステップアップ食育講座が行われました。講師はファミリー・サポート・センターのアドバイザーであり、栄養士、食育指導士の増井乙女氏でした。講座の内容少々をご紹介します。

食育とは何でしょうか?



人間は健康な生活を送りたい。食育は未来を担う子どもたちを対象に健全な心身を培うことを目指します。

健全な食生活は心身の健康を増進し健康寿命を延ばし、豊かな人間性を育みます。中年期は生活習慣病の予防と改善、高齢期は健やかなまま年を重ねることが期待できます。

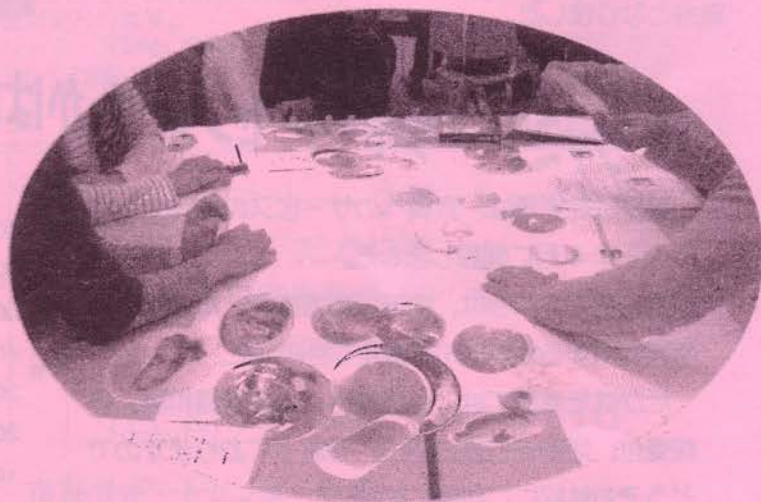
つまり、食育とは、食生活にかかわる健康、栄養、環境、農業、文化などの情報をもとに生きる力を育むことを目標として豊かな人間形成を目指すものです。

献立の方程式：主食＋主菜＋副菜＋副々菜＋もう一品

この方程式でメニューを考えると、自然とバランスのとれた食事がとれるそうです。あとは煮る、焼くなど調理方法の工夫でバランスをとります。

実際にカードをつかってバランスのよいメニューを考えてみました。(写真→)

みなさんの家族構成は、乳児期、児童期、成人期、高齢期の方など様々です。手間をかけずに、家族全員に適するメニューにするにはどのような調理方法にすればよいの?などの例もあげていただき、すぐにでもご家庭で実践できる食育講座でした。



メニューカードを使ったワークショップ

新・提供会員さんの声

この食育講座は保育付きでした。今回は今年度の保育講習会を受けたばかりの提供会員さん 6名と地区リーダー1名に保育をお願いし快く受けていただきました。

その保育現場から初めての保育を体験した 5名の提供会員さんにお話を聞いてみました。今回は保育場所として子ども家庭支援センターの親子広場も利用させていただきました。

初保育のご感想は?

◎インタビューしました◎

楽しいです。周りの雰囲気
がよいので保育しやすか
ったです。(子ども家庭支
援センターの親子広場にて)
お子さんもここに慣れてい
るようです。7ヶ月のお子
さんの保育 NYさん

すごく楽しいです。是非また、
やりたいです。どんなに泣かれ
ても、おんぶしても抱っこして
も苦にはならなかったです。8
ヶ月のお子さんの保育 MMさん

やはり疲れますね。慣れるま
でが大変ですね。明日はたく
さん寝ます。(保育疲れを癒す
のでしょうか?) 7ヶ月の
お子さんの保育 MYさん

ものわがりのよい子で、保育時間は
泣かないで耐えてくれた感じでした。
初めに絵本を読んであげたら、
心を開いてくれました。3歳のお子
さんの保育 SMさん

初めての保育活動は思ったより大変で
した。自分ではもう忘れてしまったけど、改めて、
お母さんは大変だなあと思いました。
(ご自身のお子さんは小学3年生です。)
7ヶ月のお子さんの保育 OAさん

地区リーダーご挨拶

会員交流会を企画、実行して下さった19年度の地区リーダーの須子雅子さん、原淑子さん、田中光江さんが地区リーダーを退任されます。今までの活動に感謝するとともに、今後も提供会員として市民のために活躍していただくことを期待しています。本当にありがとうございました。

退任される3名に一言いただきました。

須子雅子さん

会員交流会を通じて、
『協力し合う喜び』を実
感しています。又お会い
しましょう。ありがとう
ございました!!

原淑子さん

地区リーダーの経験
は、私の中に新しい風を
送り込んでくれました。
多くの素敵な出会いに感
謝!!

田中光江さん

乳幼児健診、保育講習
会、会員交流会等、たく
さんの方とお会いでき、
楽しい2年間でした。あ
りありがとうございました。

尚、地区リーダーの川村緑さん、後藤利枝さん、倉島愛子さんは来年度も引き続き着任していただきます。どうぞよろしくおねがいたします。

20年度第一回保育講習会の日程が決まりました!

ポイント	必須科目	日時	
1	1 日野市の子育て支援について	6/3 (火)	9:00~10:00
	2 相互援助活動について		10:00~11:15
	参加者交流会		11:15~12:00
1	3 保育の心	6/6 (金)	9:00~10:30
1	4 子どもの世話(乳幼児)		10:30~12:00
1	5 発達に課題のある子どもの支援	6/9 (月)	13:30~15:30
2	6 安全・事故「普通救命講習・AED (自動対外式助細動器)実習」	6/17 (火)	9:00~12:00
2	7 子どもの発達と病気	6/26 (木)	13:30~11:00
1	8 地域で育てる子育て支援	7/1 (火)	9:00~10:15
1	9 私の提供会員活動		10:15~10:45
	10 ワークショップ・まとめ		10:45~12:00

会場 日野市立福祉支援センター
プログラム5の会場は 子ども家庭支援センター地域活動室(高幡)

受講申し込みはファミリー・サポート・センターたかはたへ(TEL 599-7616)定員20名
全科目の受講がお済みでない方は、是非ご受講下さい。

※8ポイント以上受講された方は保育援助活動ができます。

※プログラム5は旧タイトル「子どもと楽しく過ごすには!？」です。そちらを受講された方は再受講の必要はありません。



ファミリー・サポート・センター実施要綱の改定について

ファミサポも平成20年4月で5年目に入ります。この間、会員の方のご理解ご協力により活動を円滑に進めることが出来ました。ありがとうございました。

皆様もご存知のように昨今の子育て支援の社会状況は目まぐるしく変化しています。ファミサポも社会変化への対応が求められています。このため、現任、市役所担当課とNPO法人で実施要綱の改定について話し合いを進めています。具体的な内容は検討中です。実施要綱の改定により、活動方法が変わります。

地区リーダーを始め、会員のご意見を伺いながら検討してまいりますので、よろしく願いいたします。経過はファミサポ通信等でご報告いたします。

NPO法人市民サポートセンター日野

日野市ファミリー・サポート・センター
たまだいら

〒191-0062 日野市多摩平 2-9
多摩平の森ふれあい館

TEL&FAX 042-589-7616

日野市ファミリー・サポート・センター
たかはた

〒191-0031 日野市高幡 1011
福祉支援センター

TEL&FAX 042-599-7616

受託/特定非営利活動法人 市民サポートセンター日野