

日野市 ファミリーサポート 通信

第26号
2017年10月

発行 日野市ファミリー・サポート・センター
受託/特定非営利活動法人
市民サポートセンター日野
〒191-0062
日野市多摩平 2-9 多摩平の森 ふれあい館 2F
TEL・FAX 042-589-7616
URL: <http://www.angel-hino.com/famisapo/famisapo.html>

養成講座・会員交流会

みんなで楽しく
お話ししましょう♪



日時 平成29年12月8日(金) 13:15~16:30 (13:00 受付開始)
場所 多摩平の森ふれあい館 3階 集会室6
申込締切 11月24日(金)
申込先 TEL 589-7616 ファミリー・サポート・センターたまだいら
主催 日野市ファミリー・サポート・センター、地区サポーター実行委員会
★保育をご希望の方はセンターまでご連絡ください。

第1部・養成講座 13:15~14:20 「ほっとファミリー」を知っていますか？

講師：大城美智代さん(里親トレーナー)

H27年4月からH29年6月まで
八王子児童相談所管内の里親委託
推進員を経て、現在 NPO 法人キー
アセットにおいて里親トレーナーと
して活躍中

「ほっとファミリー」とは、色々な事情で家庭で暮らすことができない子どもを、一定期間養育していただく家庭のことです。子育て支援に関わっていただく中で、東京都の養育家庭「ほっとファミリー」の目的や意義を知っていただき、体験者のお話を聞いて理解を深めていきましょう。

第2部・第12回会員交流会 14:30~16:30 やってみよう！ ひの健幸貯筋体操 けんこうちょきんたいそう

体操指導：多賀聡子さん(日野市社会福祉協議会地域支援係)



いきいきと生活し、活動を継続するためには筋力が大切！いくつになっても筋肉を増やすことはできます。ゆっくりとした簡単な動きで筋力を蓄えれば転倒しにくい体になるそうです。実際の体操を体験していただきながら貯筋の方法を覚えましょう。

～ティータイム～ 持ち物：マイカップ、お茶菓子代 300円

体を動かした後は、おいしいコーヒーやお菓子を楽しみながら、活動の中で困ったこと、楽しい出来事など、日ごろはなかなか話せない事などを皆で共有し、今後の活動に役立てる場にしましょう！

ファミリー・サポート・センター会員の皆様へ

日野市子ども部 子ども家庭支援センター長 堀辺 美子

皆様、いつもファミサポ活動をありがとうございます。皆様も新聞報道等でご承知のことと思いますが、児童虐待の件数が増加しており、支援体制の整備が急がれています。日野市においても例外ではなく、児童虐待等の対応件数が急増しております。産後の身体が回復しない中で、若いママ達が育児の不安や悩みを誰にも相談出来ず、その気はなくても子どもにつらい思いをさせてしまうことは容易に想像できます。日野市では、ファミリー・サポート・センター事業や産前産後ケア事業を始めとした各支援により、多くのママや子ども達が安心して笑顔で毎日を過ごしています。人と人が繋がり、安心して子どもを産み育てることができる地域づくりのため、次代を担う子ども達のため、悩んでいるママ達のために、重要な役割を担っていただいている皆様の、今後のさらなるご活躍を期待しております。

ここが変わった

子育ての昔と今 乳幼児編

監修 東京都助産師会 助産師 村田 淳子氏

20年から30年前に比べると子育ての考え方ややり方もずいぶん変わってきています。昔と今の子育ての仕方でギャップを感じることもあるかもしれませんね。今でも変わらない昔からの子育て術は「おばあちゃんの知恵袋」として引き継がれていますが、考え方がどう変わったのかを、昔と今を比較しながらお伝えします。

昔

今

<h4>抱きぐせ</h4> 	<p>泣いたらすぐに抱っこをすると抱きぐせがつくよと言われていました。</p>	<p>抱きぐせはつきません。赤ちゃんは泣いて何かを要求しているのだから、抱っこをしてあげて要求に応じてあげましょう。抱っこは心の栄養です。要求に応じてあげることで赤ちゃんは安心して情緒も安定して豊かに成長していきます。</p>
<h4>授乳</h4> 	<p>3時間おきに授乳するのがよいとされていて、寝ている赤ちゃんを起こしてでも時間がきたら飲ませていました。</p>	<p>寝ている赤ちゃんを起こしてまで飲ませなくて大丈夫です。おなかがすくと赤ちゃんは泣いて欲しがるので3時間おきではなく、欲しがるタイミングで飲ませてあげましょう。</p>
<h4>湯冷まし</h4> 	<p>お風呂上りには湯冷ましを飲ませていました。</p>	<p>お風呂上りには母乳(ミルク)だけで十分です。母乳で育てている赤ちゃんには母乳で、ミルクの場合はほしがる時に湯冷ましをあげてもいいでしょう。1ヶ月を過ぎたら、うすい番茶やほうじ茶でもかまいません。</p>
<h4>うつぶせ寝</h4> 	<p>頭の形がよくなって、寝つきもよくなるからと、うつぶせ寝をさせる方がよいとされていました。</p>	<p>乳幼児突然死症候群(SIDS)の要因としても考えられているので、今はうつぶせ寝をさせない方がよいとされています。寝返りができない乳児は窒息の心配もあるため、逆にあおむけで寝かせてあげましょう。</p>
<h4>日光浴</h4> 	<p>2か月をすぎたら、足から順番に少しずつ日光浴をさせましょうと指導されていました。</p>	<p>赤ちゃんの肌は薄いので、紫外線の影響を受けやすいとされ、日光浴はすすめていません。今は新鮮な空気に触れさせましょうと外気浴をすすめています。紫外線が強い時の外出にはUVカットの帽子をかぶせるなど対策をとりましょう。</p>

昔

今

発熱時



熱を下げるために、たくさん服を着せたり、部屋を暖かくしたりして汗を出しやすくしていました。お風呂も当然ダメでした。

汗をかかせても熱は下がりません。熱の出はじめは温かくして、熱があがってきたら首や脇を保冷剤などで冷やしてあげましょう。適度にエアコンを利用して気持ちよくさせてあげます。37.5℃以上なければお風呂に入れてサッパリさせてあげるのもよいとされています。

断乳・卒乳



1才までには断乳をしたほうがよいとされていました。

断乳とは親の判断で母乳をやめること。今は、子どもからもういらぬよと自然と母乳から離れ授乳が終わっていく卒乳が主流です。下のお子さんができたタイミングや、一定量の食事を取れるようになる2才ごろまでに卒乳できるとよいですね。

おむつ



早めにはずした方がよいと、1才を過ぎる頃からおむつはずしを始めていました。

昔は布おむつのため、洗濯が大変だったこともあり早くからおむつはずそうという考えもありました。最近は2才を過ぎてから始めることが多いようですが、いつかは必ずとれるのだからという気持ちであせらず子どもの発達をみながら始めていくのがよいでしょう。

リフレッシュ



自分が息抜きをするために子どもを人に預けることはなかなかできませんでした。また、そのような社会の雰囲気ではありませんでした。

子育て中、時には息抜きすることも必要です。少しの時間でも子どもから離れて自分の時間が持てたあとは、新たな気持ちで子どもと関われるようになります。今ではリフレッシュをもらうために子どもを預かる社会体制(ファミサポ等)も整っています。

～村田先生からのメッセージ～

子育てのやり方や考え方は時代とともに少しずつ変化していますが、いま注目を集めている昔からの子育てもあります。子守り歌、わらべ歌、手遊び歌などスキンシップや語りかけなど乳幼児の心の栄養となるものがいっぱい詰まっているからです。時代にとらわれず、大切にしたいものですね。



平成29年度 地区サポーター紹介

地域の助け合いの輪を広げていきましょう。
私たちが会員の皆様をお手伝いできればいいなあと思っています。また、交流会も企画していますので、ぜひご参加ください♪



荒川紀代美 高橋紀子 岩石法子 小清水真理子
河野瑤子 中山順子 小川寛美 高橋嘉子

あつまれ！ ミニ交流会

平成 29 年 10 月 27 日 (金) 10:00~11:30
多摩平の森ふれあい館 2F 集会室 1.2

参加費： 無料 親子で参加大歓迎！
内 容： 紙芝居、おり紙（くるくるコマ）、
お茶を飲みながらおしゃべり交流会。
日頃感じていること、心配なこと、
悩みなど何でも OK。
どなたでも参加できます。
申込み： 不要。

お気軽にどうぞ！
地区サポーターみんなで待ってます。

センターからのお願い

登録内容が変わったらお知らせください

会員の皆様の登録は自動的に継続されています。登録内容が変更になった方はファミサポたまだいら事務局までご連絡ください。

・連絡が必要な場合

住所や電話番号が変わった。

赤ちゃんが生まれた。

家族構成が変わった。

登録しているお子さまが保育園、幼稚園、小学校に通うことになった。

※なお、退会をご希望の方もお知らせください。一度退会されてもいつでも再入会できます。

提供会員さんへ

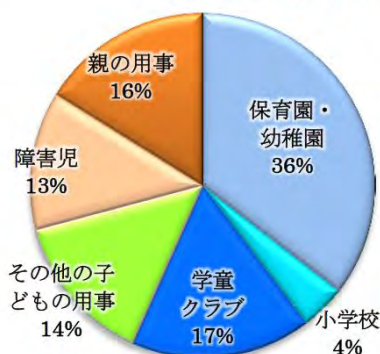
活動報告書は必ず翌月 5 日までにご提出ください。

依頼会員さんへ

活動が終了したら提供会員さんとセンターへご連絡ください。



平成 28 年度の活動状況



会員別人数

依頼会員	6,465 名
提供会員	603 名
両方会員	175 名
合計	7,243 名

保育援助活動の内訳

保育援助・事前打ち合わせ件数 267 件

保育活動総数 3,601 件

家事・妊産婦・高齢者援助・事前打ち合わせ件数 67 件

家事活動総数 1,763 件

◆◆アドバイザー紹介◆◆

～みなさんの笑顔を励みに日々頑張っています～
困った時はなんでも相談してください！

吉田久子 白神孝代 室園理香子 城山ヒデミ
岡部ほなみ 土屋和子 増井乙女

