

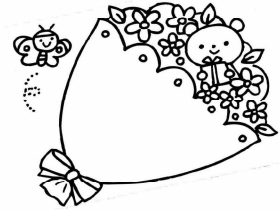
# 幸手市ファミリー・サポート・センター通信

令和5年春発行第31号

## ご入園、ご入学おめでとうございます！

コロナ禍においても会員皆様のご理解、ご協力をいただき、援助活動が続けられたことに心から感謝しております。

皆さまがルールを守っていただけたことで、援助を発端としたコロナ感染は無く、無事過ごすことができました。



世の中の事情の変化に伴い、マスクの着用ルールなどにも変化が見られています。ファミサポでは、今後も十分な注意の元で援助を行っていきますので、ご協力をお願いします。

## 『両方会員』にいませんか？

余裕がある時はまかせて！

子育て中の悩みは  
突然やってくる



自分の子どもと一緒に  
なら遊べそうだな。



弟や妹ができたみ  
たいでうれしいな。



子育ての経験が  
活かせるわ。

- 出産後頼りにしていた実家の母が体調不良。幼稚園への送迎どうしよう？
- 虫歯がズキズキ、どうしよう。
- 参観日ゆっくり参加したいけど、下の子がちょろちょろしそうだな。

両方会員なら  
どちらも  
できます♪

- 同じ幼稚園の子の送迎ならできるわ。
- こどもが学校に行っている間なら大丈夫。痛いの我慢しないで。
- 1時間くらいなら預かれるよ。うちの子と一緒に遊んで待っていようね。

ファミリー・サポート・センターの活動は、  
地域で子育てを支えあう「相互援助活動」です。



短時間の送迎から、長時間のお預かりまで様々な依頼があります。子育ての合間にできる援助もたくさんあります。依頼会員さんから、両方会員さんへの変更も可能です。あなたの力をお待ちしています。

お願い

※会員登録の内容に変更がある方は、連絡をお願い致します。  
※4月から中学生に上がり、小学生以下のお子さんがいなくなった依頼会員さんは自動的に3月末をもって退会とさせていただきます。今後はぜひ協力会員さんとして活動して頂けると助かります。



## 講習会報告

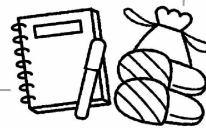
# 「災害の時 あなたはどうする」 ～命を守る 防災講座～

## 「今すぐできる事が有る」と学びました！

- 地震後の「通電火災」  
→ブレーカーに簡単に取り付ける装置で防げる
- 停電→着光テープや折れば発光するペンライトを利用
- 身近なものを防災グッズに →自転車用のヘルメット活用  
避難所での着替えにロングスカート
- ストープの近くに燃えやすいものを置かない
- 地震後の部屋の中は物が散乱→スリッパ用意
- 手軽な工夫→防災リュックにカラビナをつける  
両手が空いて、お子さんやお年寄りと手が繋げる



DVDや装置などの実物を見せただけで  
実感できました！



## 体験もしました！

水だけで発熱する『モーリアンヒートパック』で実際に、レトルトご飯と缶コーヒーを温める体験をしていただきました。

すぐに蒸気が出始め、缶は軍手をしないと持てないくらい熱くなりました。

キャップ式のアルミ缶があればお湯が沸かせ、ミルクの調合もできて安心です。



熱い熱い！

## 備蓄も学びました！

- \* 特別なものを用意しなくていい！
  - ローリングストック：日持ちのするもの（乾麺、缶詰、菓子類、飲料など）を使ったら買い足す。いつも食べているものでOK！
  - 真空パックの活用でより長持ち。
  - 防災コーナーを見てみよう。100円ショップにもありますよ。
- \* 頭の片隅に防災意識を置いて買い物をしてみると、意外な用途や発見があるかも。気軽に準備をはじめてみませんか。

小さい子供がいたり、介護が必要な家族がいたりすると避難の際に必要なものが変わります。

それぞれの家庭に合わせた防災グッズの準備をしてみてください。



## <参加者の感想>

- 普段考えが至らないことをたくさん教えていただきました。
- 災害時の備えが全くできていなかったのが、これを機に備えようという意識が高まりました。
- ヒートパックや蓄光テープ、ペンライトを準備したくなりました。
- 防災バックの中身が詳しくわかりました。

# 報告書抜粋

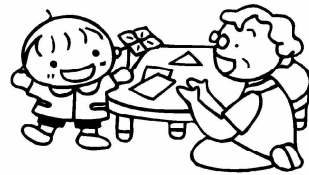
協力会員さんの報告書の抜粋です。  
子どもさんを思う温かい気持ちが  
伝わってきますね。



雨の日も  
気をつけて！



お迎え	発表会無事終わり本当に良かったですね。先生に習う時間は短いのに、本当によく頑張ったのだなあと感じました。ありがとうございました。
-----	--



託児 学童送り	新しいトランプの遊び方を教えてもらい、こちらが楽しませてもらいました。
	ホール遊びや、おにごっこ楽しく遊びました。



さあ家の  
中へどうぞ



ほく  
いいにだったよ



幼稚園お迎え	昨日は抜粋したお仕事の途中でワットスヤスヤ寝かしていました。
実家へ送り	今日は暑くおてがため下着たので、風邪をひかないようにお気をつけて。

午前・午後	時	分	事項	児童の様子
午後	18	00	学童へお迎え	お迎えに行くとときほく緊張
	18	45	夕食	していました。子ども同士でうちつけ
				たのしくおしゃべりしていました。

ごはんがおやつに大変身♪  
**もみもみだんご**

【材料】

- 炊いたご飯 250g
- 片栗粉 大さじ2
- 豆乳 大さじ2

《作り方》

- ①全ての材料をジッパー付きポリ袋に入れ、お米のつぶが残るくらいにつぶしながら混ぜる。
- ②濡らした手で直径3cmくらいに丸める。
- ③沸騰したお湯に入れ10分ほど茹でる。
- ④冷水に入れ、粗熱を取ったら器に盛りつけお好みの味つけで召し上がれ♪

お釜やボールの中で  
ビニール手袋をして  
もみもみしても楽しいよ



真ん中をちょこっと  
くぼませておくのがポイント!!



ぐつぐつぐつ



しょうゆ+海苔

納豆



あんこ

きなこ

ゴマ+砂糖

他にも...

- ☆砂糖と醤油を煮詰めて  
みたらし風
- ☆甘くしたホットミルクに  
浸して
- ☆お汁粉の中に入れて
- ☆いちごジャムをかけて
- ☆中にチーズを入れて
- ☆フルーツポンチの具にして

**ファミサポ Q&A**

協力会員の活動は  
仕事として成り立  
ちますか？

有償のボランティア活動です。  
利用頻度も地域により異なり、会員登録した  
からといって必ず依頼があるとは限りません。  
また、車での送迎の援助が多くなっております。  
運転ができる方に多く援助をお願いしているの  
が現状です。

雨の日だけ保育園の送迎  
をお願いしたいのですが  
できますか？

**幸手市クイズ第4弾  
意外と知らない  
幸手弁！**



次の幸手弁の現代訳を線で結んでみましょう。  
(幸手弁の手引きより)

- |        |           |
|--------|-----------|
| ①あばする  | a 仲間に入れる  |
| ②おかゆくう | b 振る      |
| ③おっぷる  | c 降参する    |
| ④こうたれる | d さよならをする |
| ⑤すいる   | e 叱られる    |

事前に毎月の予定をお聞きして援助を行っております。突然の援助は、協力会員の予定もありますので基本お断りしております。  
前日に援助がわかっている場合のみ、協力会員が援助できる場合もありますのでご相談ください。

☆ 編集後記 ☆

コロナ禍が始まってから丸3年、世の中は少しずつ通常を取り戻しつつあります。ファミサポでも、講習会をどんどん開催したいと計画しています。今のところ、小児食、断捨離などが候補ですが、皆様のご意見も取り入れたいので、遠慮なく提案してください。お願いします。

申し込み・問い合わせ

幸手市ファミリー・サポート・センター  
TEL・FAX 42-8461

☎☑☒☓☔☕☖☗☘☙☚☛☜☝☞☟☠☡☢☣☤☥☦☧☨☩☪☫☬☭☮☯☰☱☲☳☴☵☶☷☸☹☺☻☼☽☾☿☽☿