

ほっとたいむ

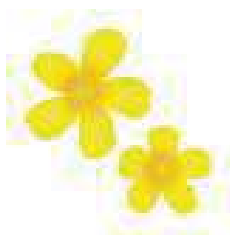
第25号
2018.冬



あけましておめでとうございます。

いつもがんばっているお母さん、お父さんへ
たまにはサポート会員さんにお子さんを預けて自分の時間を持ってみませんか？
近くにいるサポート会員さんがみなさんを待っていますよ。

今年もファミサポはサポート会員さんとともに、利用会員さんの「困った」に寄り添っていきたいと思っています。



「子どもは 人に迷惑をかけながら育つものよ」
近所のおばちゃんは教えてくれた

「子育ては 人に頼りながらするものよ」
そうって、赤ちゃんを抱き上げた

「そうして あなたが 手があいたら
また 次の人にしてあげればいいのよ」

そうって
おばちゃんは にっこり笑った



子育て支援 ひだまり通信 ～遊びとしつけの上手なコツ～ 高山静子著(チャイルド本社)より

なすしおばら市 ファミリーサポートセンター

〒329-2754 那須塩原市西大和 6-2

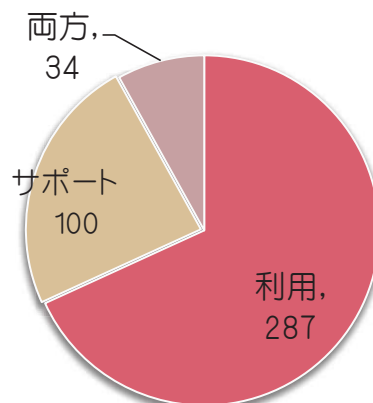
TEL/FAX 0287-47-6252

開所時間 月～金 8:00～18:00
土 8:00～12:00

E-mail: hotnet.famisapo@eco.ocn.ne.jp

HP アドレス <http://hotnetfamisapo.com>

那須塩原市ファミリーサポートセンターは、「NPO法人
子育てほっとねっと」が市の委託を受けて運営しています



H29.12.31 現在の会員数 421 人

サポート会員になって

「おはようございます。」

今日は9時からA君とS君のサポート。8時50分に迎えに行くと、小学1年生のお兄ちゃん

はリュックを背負い、1歳10ヶ月のS君は着替え、おにぎり、水筒の入った大きなかばんを持って「おもしろい、おもしろい」とひきずっています。お兄ちゃんが手を貸そうとするとギュッとつかんで離しません。さあ、靴をはいて3人で我が家へ出発です。

サポーターになって1年2ヶ月が経ちます。そんな中で、ファミサポってすごいと思ったことがあります。S君が1歳に近づくころ、S君に関わっているサポーターさんが集まり話し合いをしました。この頃ハイハイが速くなり、つかまり立ちもできるようになり、手の届く範囲も広がってきました。これからS君はどんどん知恵がつき、ひとりで歩けるようになり目がはなせなくなります。S君を安全に健やかにサポートするための話し合いだったのです。こんなふうに、ひとりひとりの成長をみんなで見守っていること、私自身も安心しました。お預けしている皆さんもきっと安心するに違いないと思いました。また、S君の家には小さなノートがあり、お昼寝、おむつの交換、水分補給の時間等、その日の様子が書いてあり、はじめて預かったときに参考になりました。

我が家には88歳の義母がおります。デイサービスのお迎えの際に、必ず「調子はいかがですか？」と聞いてくれます。私の悩みも聞いてくれます。ひとりで介護しているんじゃないという安心感があります。

子育て中のお父さんお母さん、ファミサポはとても頼りになる温かいところです。子育てに悩んだらひとりで悩まず頼りにしてほしいところです。子育ての先輩がたくさんいますよ。1年生のお兄ちゃんを抱っこして本を読んでいるとS君もひざの上に。二人ともどんどん大きくなっています。二人の成長が楽しみです。サポーターになり子育てのお手伝いができること、子どもたちの笑顔のプレゼントがあること、嬉しく思っています。

川上 淳子



イライラが半分ですお方法

こんなことで悩んでいませんか？

怒りを減らすためのヒント集です。

ヒント1 環境を変える

毎日同じことで怒っているとするならば、環境の側に原因があるのかもしれない。子どもが、やりやすく、うまくできるように環境を変えてみましょう。



上手に片づけられるようになります。



ヒント2 原因を取り除く

どんなにいい子でも、DVDやお菓子漬けにして、睡眠不足にさせれば、キーキー、グズグズと情緒が不安定な子どもになってしまいます。怒る前に原因を除きましょう。

朝食抜きや栄養の偏りをなくす。

DVDやテレビゲーム(過剰な視覚刺激や聴覚刺激)を減らす。

戦いものの番組を見せない。武器のおもちゃを与えない。



外で体を動かして遊び、酸素不足を解消する。

夜は9時までは寝かしつける

甘いお菓子やジュースを減らす。

幼児の情緒不安定は、親のかかわりよりも、体にある原因があることの方が多いもの。たっぷり食べて、たっぷり遊んで、たっぷり眠って、気持ちのよい体を作ることが、情緒の安定につながります。



11月は…

サポート会員の佐々木さんに、指編みと腕編みを教えていただきました。皆さん思い思いの毛糸持参で早速作り始めます。指編みは5～6歳のお子さんから楽しめるそうなので、サポートの時にも楽しめそうですね。

前半は指編み、後半はうで編みで最近流行のスヌードを作りました。参加者同士で教え合ったりしながら和気あいあいとした雰囲気でした。



11月15日 西那須野公民館にて



12月は…

利用会員の郡司さんを講師に迎え、型抜きクッキーと手作りのアイシングを楽しみました。生地作り、型抜き、粉糖で作るアイシングでのデコレーションと盛りだくさん。アイシングの絞りだし袋もクッキングシートで手作りです。

生地作りは歌をうたいながら賑やかに…しかし、デコレーションになると皆さん無言…。おかげで？かわいいクッキーが出来上がりました♪茶話会では、「送迎時の雪のリスクに備えて、スタッドレスタイヤに変えたか？」などのテーマで話しました。



12月6日 厚崎公民館にて

お正月遊びと音楽鑑賞会♪

交流会 報告

平成30年1月6日(土)
13:30~稲村公民館にて



・昔の遊びができて良かった。
アナログ遊びは、自宅ではなかなかやらないので。

・子供がどこに動いてもOKのスタイルがとても助かりました。
・演奏会がとても楽しかった。

マムソウルの演奏を聴き、一緒に手遊びや踊りも楽しみました(^_^)

♪参加者の声♪



お正月遊びのカルタ取り・福笑い・ベーゴマ・お手玉・羽子板を楽しみました。



参加の皆さん、お手伝い下さったサポーターのみなさん、ありがとうございました。

これからの 行事

サポート会員のための **サロン**

年齢別子どもの遊び
子どもと楽しく遊ぶには？



2月5日(月)
10時～12時
西那須野公民館

ステップアップ研修 怒りの感情と 上手に付き合うコツ

3月10日(土)13時～15時半

西那須野公民館 会議室

講師 丸山隆先生

(臨床心理士・栃木県カウンセリング協会理事長)

申し込み締め切り 3月2日(金)

「笑いあり、涙あり」で大人気の丸山先生のお話です。
託児はありませんが、利用会員さんや興味のあるお友達にもご参加いただけます。たくさんの方のお申し込みをお待ちしています。

利用会員・サポート会員・両方会員のための



交流会

砂糖を使わない

おやつ作り

4月6日(金)10時～12時

三島公民館 調理室(西那須野)
定員大人20名 託児あり(1歳以上 10人まで)
申し込み締切 3月26日(月)



講師：サポート会員室井智江子さん
みんなで楽しく、おやつを作りましょう



サポート会員養成講座

2月21日(水)22日(木)9時～16時

いきいきふれあいセンター(黒磯)にて
託児もあります(1歳以上5人限定)ので、
利用会員さんもこの機会に受講して両方
会員になりませんか？送迎依頼も多いの
で、男性も大歓迎です。また、救命講習の
再受講は2年に一度のタイミングでお勧
めしています。お申し込みは2月2日ま
でに市役所保育課へ！ ☎0287-46-5535

センターからのお知らせ



- ・大雪など天候によってはサポートができないこともあります。ご了承下さい。
- ・センターに連絡のないサポートは保険の対象外です。必ずセンターにご連絡下さい。送迎では必ずシートベルトを使用しますので、普段から習慣にしておいてください。
- ・一人親家庭、低所得家庭が利用する場合、市の助成(半額補助、上限1万円/月)が受けられます。あらかじめ市に登録する必要があります。
- ・昨年11月より安田が産休・育休に入りました。今後西那須野地区担当は熊久保と久保、黒磯地区担当は長瀬と磯になります。