

ほっとたいむ

第47号
2023夏

サポート会員養成講座／再受講講座

☆会場：東那須野公民館
☆申込〆切：9/6（水）
☆お申し込みは TEL にて
受付中。

すぐにサポートできなくても大丈夫。
子育てに役立つ講座がいっぱい。
ちょっと子育てについて知りたい、
そんな気持ちで受けてみませんか？
無料の託児もあります。

周りの方にも是非、養成講座のお声がけ下さい！

一度に全部の講座を受講
できなくても OK。
4コマの講座を1コマずつ
受講していく方もいます。

日にち	時間	講座内容	講師
9/12 (火)	—講座①— 9:00~12:30	子育て支援施策について	子育て支援課
		栄養と食生活	管理栄養士
		子どもの遊び、保育の心	保育士
	—講座②— 13:15~16:15	子どもの発育・発達、健康管理、事故予防	保健師
交通事故予防について		那須塩原市警察署	
9/30 (土)	—講座③— 9:00~12:00	小児救命救急法	日本赤十字栃木支部
	—講座④— 13:00~16:00	ファミリーサポートセンターについて	那須塩原市ファミリーサポートセンター

サポート会員
の方へ

事故予防講座&小児救命法 **再受講**のお願い

会員番号 931 番までのサポート&両方会員さんで再受講されていない方は講座②③のお申し込みをお願い致します。(サポート会員さんは5年に1度、「事故予防講座」と「小児救命法講座」の再受講が義務化されています。)

なすしおばら市 ファミリーサポートセンター

〒325-0026 那須塩原市上厚崎 500-1 厚崎公民館内
TEL/FAX 0287-74-6252 緊急連絡先 070-2262-6252
開所時間 月~金曜日 9:00~18:00
土曜日 事前予約にて対応
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



6月30日現在の会員数 393人

R4年度会員更新時のアンケートより

～お忙しい中アンケートのご協力ありがとうございました～

子どもが1歳の時にお世話になりました。気軽に相談に乗ってくれたり、アドバイスして下さい、とても助けてもらい、勇気をもらいました。



長女が1度ファミサポを利用し、今でも「ここに行ったよ！たのしかった！」と覚えていてとても楽しく過ごせたんだなとサポート会員さんに感謝しております。



いつもとても大切にみていただいているのが伝わってきて感謝しています。

一度のみの利用です。何かあった時に頼れるところがあるという安心感があり助かっています。



自宅と保育園以外の場所で過ごさせていただき、本人の成長になりありがたく思います。

一人で子育てするのにしんどい時、ちょっと疲れてきて急に利用したいなと思っても難しいので、そういう状況の時の支援があればいいのかなと思います。

まずはファミサポにご相談ください。

人見知りする1才の息子でもすぐに打ち解けられる方だったので安心して利用することが出来ました。言葉らしい言葉では伝えられなくても笑顔や表情が楽しかったんだなと教えてくれていました。感謝しかありません。とても助かりました。

急な送迎の対応をしていただき安心して働くことが出来ました。早めの出勤時やお迎えに間に合わない時にも、対応をしていただき大変ありがたいです。



できるかぎり対応できれば！とがんばっておりますが、調整が間に合わない場合もあります。その時はご容赦ください。

サポート会員さんはまるで家族のように子どもに接して下さり、私たちは一度も不満に感じることはありませんでした。利用最終には「さみしい」と言ってもらえて涙が出そうになりました。また機会があればお願いします。



お母さんから「やりたいことをやらせることが出来てありがとうございました。私もこういう子育てサポートをいつかやってみたい」と言われたのが嬉しいです！

交流会の里芋収穫体験に参加させていただき、とても楽しかったです！



産後、寝不足で車の運転に不安を覚えていたところで助けていただき、大変助かりました。

お子さんが成長されて実際に両方会員さん・サポート会員さんになっている方もいますヨ！

家事のサポートをやって欲しいです！

申し訳ございません、現在ファミサポでは家事のサポートは受けることができません(>_<)



行事の報告

家族で楽しめるボードゲームはおススメです。



2才から遊べる果樹園ゲームは子どもたちに大人気！小さい子も一緒に楽しめるゲームが他にもいろいろありました。

おすすめの おもちゃの紹介&体験



珍しい積み木もいろいろ！

手作りおもちゃもいろいろ！



魚釣りはいつも大人気



“おもちゃ”は子どもにとって“食べる・寝る”くらい大切なこと



おもちゃコンサルタントの西田さん



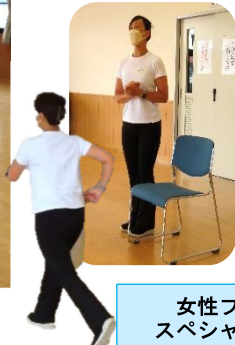
夢中になって遊んで楽しい時間を過ごしました！

正しい歩き方

～姿勢美人になろう～



ウォーキングは正しい姿勢で、毎日少しずつ、続けることが大切です！



かかとで着地
→つま先で移動を意識して

女性フィットネスの
スペシャリスト宮塚さん

- ・正しい歩き方をすると
- 腰回りのお肉がスッキリする
- ・腕を引いて歩くことによって
- 肩回りのストレッチにもなる



2023.6.8 東那須野公民館



「講師の宮塚さん」
ありがとうございました！
大好評で早くも第二弾の
リクエストが♪

季節の野菜でご飯のお供



サポート会員、「君島さん」を講師に迎えての調理実習です。
【田舎ランド 鳴内でも子ども料理教室の講師として活躍中】

- ・ — ・ MENU ・ — ・
- ・ ピーマン麩
 - ・ 大豆と玉ねぎのドレッシング
 - ・ 自家製補水液



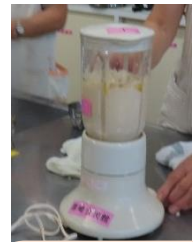
ピーマン麩は麩と生姜を使い、食べると元気が出てくる一品。大豆と玉ねぎのドレッシング、自家製補水液も夏バテの身体におすすめのもの。試食後、大好評でした。



市販品と違って甘味料等余計なものが一切入っていない安心なものをお子さんにぜひ。
一日に摂る塩分・糖分も考慮して下さい。

2023.7.6. 厚崎公民館

ドレッシングは材料をいれてミキサーにかけるだけ。ゆるさを調整すればディップにも。



☆自家製補水液
水 : 1ℓ
砂糖 : 15g
塩 : 2g
レモン汁 : 大 1~2

サポート会員・両方会員 のためのサロン

～サポートに役立つ～
子どもと作る工作

日時： 8月8日(火)
10:00～12:00
場所： 三島公民館
〆切日： 8月4日(金)

☆牛乳パックで作るコマ
他にも身近な材料で
おもちゃを作ります
(持ち物は特にありません)



これからの行事

お知り合いの方に
ぜひ！

9月 養成講座

〆切日： 9月6日(水)

☆詳細は表紙をご覧ください。

利用・サポート ・両方会員のための交流会

里芋収穫体験

日時： 10月15日(日)
10:00～12:00

場所： 横林地区
参加費： 1家族 500円
定員： 30名

〆切日： 10月5日(木)
☆お申込みいただいた方には
会場の地図や持ち物等、詳しい
案内をお送りいたします。

ファミリーサポートセンター利用料 助成のお知らせ

- * **ひとり親家庭(医療費受給世帯)・低所得家庭**が
利用した場合、市の助成(半額補助・上限1万円/月)
が受けられます。
- * **毎年4月に市へ申請する必要**があります！
- * 詳しくは下記までお問合せ下さい。

利用料助成のお問合せ先

〒329-2754

那須塩原市あたご町2-3

子ども未来部 子育て支援課 子ども福祉係

TEL 0287-46-5532

ちょっとお散歩 箱の森フレイパーク

塩原にある箱の森プレイパーク。おもしろ
自転車はよく知られていますが、芝生の
広い丘にちょっと遊具があったり、自然の
川を活かした溪流遊び場、一人250円で利
用できるバーベキューコーナー、温泉と、
リーズナブルに自然を満喫できる場所。
溪流遊びの後は足湯コーナーや、温泉へ！
夏休みにぜひ！



集中豪雨・台風・雷の際の送迎について

天候の状況をみて**待機**
危険と思われる時は送迎を**中止**
させていただくこともあります。
お子さんの命を第一に考え
安全なサポートにご協力お願い致します。



**アンダーパス・
思わぬ箇所の道路の
冠水にご注意！！**