

ほっとたいむ

第56号

2025.秋

暑い暑い夏が終わりほっとしましたが、急に冷え込んできて身体がついていけないこの頃です。皆さんはいかがでしょう。会員の皆さんにはファミリーサポートセンター事業にご理解、ご協力をいただきありがとうございます。ファミサポが一番大切にしているのはお子さんの安全です。引き続き安全を最優先に取り組んでいきたいと思ひます。今年度1回目のサポート会員養成講座も終了し、新しいサポート会員さんが誕生しています。デビューが待たれます。下期も引き続きよろしくお願いしします。

利用会員さんの声を紹介させていただきます♪

夫婦共働きで子ども達の送迎に困っていたところ、習い事が一緒の保護者さんからファミサポさんのことを教えてもらいました。娘の「バレエを頑張りたい。楽しい。」を応援したい気持ちと、仕事や息子の応援とが重なり、親としてのサポートに限界を感じていた中で、ファミサポの皆さんと出会えました。

サポート会員の Y さんはいつも快く引き受けてくださり、また優しく迎え、送り出してくださることにとても安心しています。

娘はいつも、送迎の時間にどんなお話をしたか教えてくれます。発表会やコンクール前はレッスンが増え、体も心も疲れが溜まって弱音を吐くこともあるようです。そんなときも優しく、応援する言葉をかけてくださり、『今日も頑張ろうって思えるの!』と話してくれます。

娘から話を聞いて、私たちだけでなくファミサポの皆さんの支えがあって、娘が頑張れていることに感謝の気持ちでいっぱいです。今後も親子でよろしくお願いしします。

利用会員 Tさんより

なすしおばら市 ファミリーサポートセンター

〒329-2705 那須塩原市南郷屋5丁目163番地 (健康長寿センター内)

TEL/FAX 0287-47-6252

緊急連絡 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 (9:00～12:00)

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

サポート会員

86人

利用会員

339人

両方会員

25人

合計 450人

R7.9.30 現在の会員数

産後ケア 知っていますか？

那須塩原市では、妊娠・出産・子育てにおける切れ目ない支援の一つとして、産後ケア事業を実施しています。受けられるケアは以下の通りです。

- ・お母さんの身体的ケア・保健指導または栄養指導
- ・お母さんの心理的ケア
- ・適切な授乳のためのケア
- ・育児または生活上の相談または指導

宿泊型・通所型・居宅訪問型があり、1 回の出産につき 7 日以内までの助成が市から受けられます。

委託機関、対象者、利用の流れ、利用料など詳細は那須塩原市の HP に掲載されていますのでご確認ください。



11 月 9 日(日)に、宇都宮共和大学那須キャンパスにて開催される「なすしおばら まなび博覧会」にファミサポも参加します。

利用登録が出来ますので、お知り合いにご興味がある方がいらっしゃいましたらお声掛けください。

簡単なお楽しみもありますので
会員の皆さんも気軽にお立ち寄り
くださいね♪



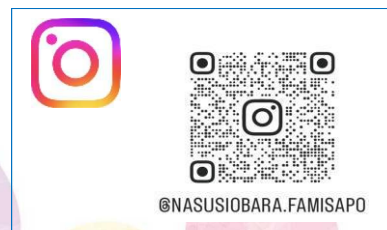
サポート依頼やキャンセル・変更などのご連絡を公式 LINE でのメッセージで受け付けが可能です。公式 LINE への移行登録や登録がお済みでない会員さんがいらっしゃいましたら、以下の QR コードからの登録をお願い致します。メッセージに対する返信は原則として平日の 9 時から 18 時の間とさせていただきますのでご理解くださいますようお願いいたします。

※現在グループ LINE で対応されている会員さんも公式 LINE の方へ登録をお願いします。

※初めて登録される方はフルネームを公式ラインのチャットにお送りください。



ファミサポの Instagram でサロンや交流会、報告の画像など情報を発信しています。ご興味がありましたら、以下の QR コードからフォローをお願いします。



行事の報告



全会員対象の交流会

8月の交流会では「親子で簡単ピザ作り」を開催しました。

サポート会員のSさんに講師に来ていただいて、生地を作りトッピングを楽しんで美味しいピザが完成しました。お子さんも楽しく調理に参加されて、会員さん同士の良い交流の場になっていました。



8/23(土) 西那須野公民館にて



サポート会員Sさん秘伝のピザソースレシピのご紹介

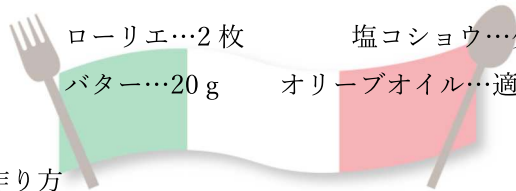
材料 玉ねぎ…60g ニンニク…1片
トマト…100g トマトピューレ…300g
ケチャップ…大さじ1 オレガノ…小さじ1
ローリエ…2枚 塩コショウ…少々
バター…20g オリーブオイル…適宜

作り方

玉ねぎ・ニンニクをみじん切りにして、オリーブオイルで炒める。

トマト・トマトピューレ・ケチャップ・オレガノ・ローリエ・塩コショウを加えて30分以上煮込む。

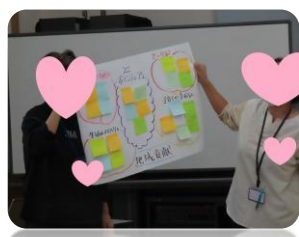
仕上げにバターを落として混ぜて完成。



サポート会員養成講座

9・10月のサポート会員養成講座では、サポート会員7名、両方会員2名が誕生しました。これから、どうぞよろしくお願いいたします。

9/27(土)・10/4(土) 東那須野公民館にて



令和の育児

那須塩原市子育て相談課の保健師さんと助産師さんに講師をしていただき、現代の育児についてお話を聞きました。さまざまな立場からの活発な意見交換ができ、ファミサポとしても勉強になる時間でした。

10/9(木) 長寿センターにて

ミルクの作り方、オムツ交換、離乳食の食べさせ方、抱っこの仕方などについてお話を伺いました。再確認できサポート時にとってもためになるお話でした。このような会を定期的開催していただきたいです。

サポート会員さんより



これからのイベント

全会員のための交流会

マムソウル演奏会
&
クリスマス読み聞かせ&登録会

12月13日(土) 10:00~12:00
東那須野公民館 1F 多目的ホール
登録会にて入会予定の方も参加できます



お申し込みは電話
または公式 LINE で
お願い致します。

サポート会員と両方会員の為のサロン

ココロと身体を整えるヨガ

11月12日(水) 10:00~12:00
東那須野公民館 1F 多目的ホール
講師：市内外で活躍の遠藤さん
持ち物：ヨガマット又はバスタオル



サポート会員と両方会員の為のサロン

絵本紹介

1月14日(水) 10:00~12:00
西那須野公民館
講師：おさるのぶんこ 西田さん



お願い

○やむなく当日キャンセルされる利用会員さん・・・当日のキャンセル料ですが、サポート会員さんにも有償ボランティアとはいえ、予定して準備して下さっております。会員のしおり 3 ページに明記されておりますので利用会員さんからサポート会員さんに連絡し、お支払いの方よろしくをお願いします。

○預かりを依頼される利用会員さん・・・サポート会員宅預かりの場合はサポート会員さんへの遅れの連絡がない場合、予定時刻よりサポート料が発生します。ひろば預かりの場合はサポート会員さんが待機しておりますので予定時刻よりサポート料が発生します。ご注意ください。

○送迎を受けてくれているサポート会員さん・・・スタッドレスタイヤへのタイヤ交換を早めをお願いします。ファミサポとしては雪なし冬を願います(笑)個人的には雪景色も♪

