

クローバー

vol.39 2024年 12月

会員の皆さまにおかれましては、お元気でお過ごしのことと存じます。
今年度も皆さまのご理解、ご協力のおかげで無事に1年を送ることができました。
今後も安心して子育てできる環境づくりのお手伝いと安全に活動ができるよう、スタッフ一同
頑張っております。



よろしく会員さんからの お手紙ご紹介

双児で実家が遠方のため、乳児のころから訪問看護に助けられており、訪問看護を卒業するタイミングで紹介してもらったのがファミサポでした。最初は緊張気味で泣いてしまっていた子ども達ですが、いつも明るく元気に遊んでくれるので、今では呼び鈴が鳴ると「きたー」と笑顔いっぱい玄関へ走り出します。時間たっぷり遊んでもらえると理解したのか子ども達も満足している様です。預けている間に親はやりたいことが出来て、毎回リフレッシュさせてもらっています。おまかせ会員のみなさん優しく良い方ばかりで、時には育児相談の雑談をしたりと様々な面で助けてもらい本当に感謝しています。今後ともよろしくお願ひします！

(よろしく会員 S・H)

初めて活動したおまかせ会員さんからメッセージをいただきました。

娘は水曜日が楽しみで学校から帰宅するなり、お預かりしているお子さんに読み聞かせをしたり、お世話をしたがりです。私の子ども達にとっても良い経験をさせてもらい感謝しています。

私の活動依頼のきっかけは、夫の単身赴任が決まった事でした。当時私は正社員で育休中で、子も認可保育園への入所が決定した所でした。実家も義理の実家も飛行機の距離の県外で、子も第1子で頼れるのが保育園だけというのは心細かったので色々調べた所ファミリーサポート制度を見付けました。実際利用してみると、いつも急な依頼にも関わらず心よく引き受けて下さり、安心して働くことが出来ました。何人かのおまかせ会員さんにお世話になりながら子は小1になりました。子の登校よりも私の方が家を出るのが早いのでここでも毎朝おまかせ会員さんにお世話になっています。本当に皆さんありがとうございます。いつか私もおまかせ会員として活動したいです。

(よろしく会員 M・R)





おまかせ・どっちも会員向け フォローアップ研修会 「災害に備える」 ～わが家の防災対策見直しませんか？～



講師紹介

防災アドバイザー 池田恵美さん



元陸上自衛官・看護師・助産師
マタニティヨガ/ベビーヨガ & ママのエクササイズインストラクター

防災マップ・ハザードマップ等は行政センター等でもらえます。または横須賀市のホームページからも閲覧できます。



2024年10月21日(月)フォローアップ研修会を開催いたしました。
近年、地震や災害以外にも、動物に襲われるなどさまざまな被害が報告されています。
防災について考え、防災用品を見直す良いきっかけになりました。
先生が持ってきてくださった防災食を作って見せてくださいました。作り方は簡単で・・・
アルファ化米に水170mlを入れ60分待つだけ！！(お湯使用時は15分)ご飯の出来上がりです！！
自宅・職場・よく行く場所の防災マップ・ハザードマップを確認し、自分の住む地域にはどんなリスクがあるか考えてみました。例・・・エレベーターが使えなくなったら物資を運ぶのが大変かも。
非常持ち出し品や普段から持ち歩きたいもの、自宅避難について考え、突然の地震、こんなときどうするかをクイズ形式で答えたりしながら災害について学ばせていただきました。

子どもがいるときの避難

～もしもお子さんをお預かりしているときに被災したら・・・

- ・被災時にお子さんをお預かりする義務はありませんが、お預かりしている最中の被災であれば、状況によっては保護者がすぐに迎えに来られないこともあるかもしれません。
 - ・備えは義務ではありませんが、子どもを連れて避難する場合のことを、少しでもイメージアップしておきましょう。
 - ・道路の状況が分からないので、ベビーカーで避難しない。
(小さいお子さんは抱っこ紐があると安心)
 - ・歩けるお子さんには靴を履かせる。
- 保護者の連絡先を把握しておく。
(パーソナルカードや家族の写真を持たせてもらったり災害伝言ダイヤル(171)の利用を約束したりしておくとも安心かも・・・)
- ・子どもの不安が強くなるので、避難の際には食べ慣れたお菓子やおもちゃがあるとよい。

～お子さんがいる方の非常持ち出し品にあるといいもの～

- ・母子手帳(電子母子手帳が便利)
- ・オムツ、おしりふき、ウェットティッシュ
- ・缶ミルク、使い捨ての哺乳瓶または紙コップ
- ・レトルト離乳食(月齢に合ったもの)・おやつ・おもちゃ
- ・着替え(肌着多めに)
- ・抱っこ紐、授乳ケープ(授乳中の人)
- ・バスタオル、ガーゼ
- ・カイロ(離乳食やミルクを温めたりするのにも使える)



受講された方の感想をご紹介します。

とてもわかりやすい説明でよく理解できました。クイズ形式で日頃間違っていたところも学べて良かったです。資料は参考にさせていただきます。今後職場での防災・備蓄について考えます。

貴重なお話を有難うございました。日常的に頭の片すみに避難はあるものの、イメージばかりで実際に何も備えをしていない為この講習を機にできる事を直ぐに取りかかろうと思いました。意識を高めるきっかけになりました。子どもを預かるサポート時の対策も、保護者の方とお話しておく必要性を感じます。



参加
お待ちしております♪



おまかせ会員・どっちも会員 地域交流会

(日時) 2025年2月26日(水)

(時間) 10:00~11:30

(場所) すくすくかん4階 研修室
(横須賀中央駅徒歩6分)

(テーマ) リフレッシュ・ビューティー・ヨガ

(講師) ヨガインストラクター
YUKA 先生

救命救急受講必須について

厚生労働省からの通知により、おまかせ・どっちも会員は救命救急講習(心肺蘇生法・AED)の受講が必須となっています。5年に1度は再受講していただきますようお願いいたします。

来年度は年に数回受講機会を予定しています。安心して援助活動ができるよう、いざという時に役に立ちますので是非参加してください。

日程や会場については、センターへお問い合わせください。

なお、職場等で受講済みの方はセンターにお申し出ください。



『豆花(トウファ)とジンジャーシロップ』

〈 材料 〉

【 豆花 】

無調整豆乳 500ml
きび砂糖 大さじ4
粉ゼラチン 5~7g

〈 材料 〉

【 シロップ 】

きび砂糖 カップ1弱
水 300ml
生姜うす切り 1~2片
(シナモンスティック 1本)



1. 粉ゼラチンを大さじ1の水でふやかす。
2. 半量の豆乳を鍋肌がフツフツするくらいまで静かに温める。
3. きび砂糖とゼラチンを入れよく溶かしたら残りの豆乳を混ぜ容器に移す。
4. 粗熱が取れたら冷蔵庫で固める。

1. 鍋に水とうす切り生姜(あればシナモンスティック)を入れ沸騰させる。
2. きび砂糖を入れて溶かし、沸騰したら弱火で10分煮る。
3. 粗熱が取れたら冷蔵庫で冷やす。
4. 豆花をすくって器に盛りシロップをかける。

※豆花は台湾のスイーツとして知られています。タピオカや小豆、フルーツを乗せて楽しむのが一般的のようです。

余ったシロップは、夏は炭酸水、寒い季節は熱いお湯で割って飲むのがおすすめです。

豆乳は植物性タンパク質、ミネラルなどが豊富で健康に良い食材。今回はお子さんから高齢の方、豆乳嫌いの方にも食べやすいおやつです。

食育指導士
新井 和子氏

会員へのお知らせとお願い

- ・よろしく会員はおまかせ会員に活動をお願いした日時をセンターに報告してください。報告がないと保険の適用ができないこともあります。また、活動のキャンセルについては、分かった時点でおまかせ会員にご連絡をお願いします。
- ・登録の際にお伝えしていると思いますが、おまかせ会員の体調不良や急な予定で活動できないこともありますので、ご了承ください。

おまかせ・どっちも会員

- ・活動が終わりましたら翌月5日までに報告書をセンターに提出してください。よろしく会員の助成金の申請手続きもありますので、必ず翌月までに提出をお願いします。万が一、支払いが済んでいない場合はセンターまでご連絡ください。
- ・現在の活動状況をお知らせいただくと助かります。
- ・登録票、会員証のお写真の交換希望の方がいらっしゃいましたらセンターまでご連絡ください。

※報酬の申請について※

- ・援助活動で得た報酬(交通費・おやつ代等の経費を除く)は雑所得となり、年間38万円を超えると課税対象となります。他に給与所得を得ている場合は、雑所得が年間20万円を超えると年末調整または確定申告の対象となります。
- ・ご不明な点は、税務署にお問い合わせください。

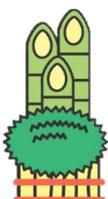
※自家用車を使用しての活動について※

- ・車で活動するには、事前の車両登録が必要です。**車検証・免許証・任意の自動車保険のコピー**の提出をお願いします。また、会員双方の同意書を交わしていただきます。
- ・活動中の自家用車の運転中における自動車事故でおまかせ会員や子どもがケガをした場合、活動中のケガであるため『傷害保険』は適用されますが、本保険の中に自動車保険は組み込まれていないため、『賠償責任保険』は適用されません。
- したがって、事故の相手の方のケガへの補償や相手の方の車などの物損への補償、おまかせ会員の車の修理への保険も適用されません。おまかせ会員ご自身が加入している保険で対応して頂くようお願いしています。詳細につきましてはセンターにお問い合わせください。

【編集後記】

来年も皆さまにとって良い年になりますように。

ファミリー・サポート・センターの
年末年始のお休みは
2024年12月28日(土)
↓
2025年1月5日(日)です。



横須賀市ファミリー・サポート・センター

〒238-0004

横須賀市小川町20番地 すくすくかん4階

TEL & FAX 046-828-8510

また、緊急で連絡が必要な方は
携帯電話 070-6646-9172

Emailアドレスはこちら
y-familysapo-to@bz04.plala.or.jp