



病後児預かり室「おひさまルーム」から



H29年度 おひさまルーム利用状況 (H29年8月31日現在)

感冒	16件	喘息性気管支炎	2件	合計 37件
流行性耳下腺炎	8件	手足口病	1件	
頻尿・腹痛	4件	下痢症	1件	
感染性胃腸炎	2件	急性口蓋扁桃炎	1件	
気管支炎	2件			

おひさまルームは、生後6ヶ月～小学3年生までの子どもの病後児保育をしています。毎年50件～80件位の利用があり、最近ではインフルエンザや流行性耳下腺炎などで出席停止期間中の小学生のお子さまも多く利用されています。

今年度、小学生向けにオセロや新しい本を購入しました。病気の後、学校・保育園に行かせるのはまだちょっと心配…そんな時、おひさまルームにご相談ください。



リフレーミングって知ってますか？

ある出来事や物事を、今の見方と違った見方をすることで、それらの意味を変化させて気分や感情を変えることです。

子育て中、子どもの行動にイライラしたり、すぐ叱ったりはしていませんか？

リフレーミングで見方を変えれば、子どもの短所が長所になりますよ。ほんの少し見方を変えるだけで子育てのイライラやストレスが半減するかも。



リフレーミング辞典 抜粋

- 飽きっぽい→好奇心旺盛な
- いたずら→活動的で元気がいい
- うるさい→元気がいい
- 落ち着きがない→こまめに動く
- こだわる→最後までやり通す
- しつこい→粘り強い、芯が強い
- 神経質な→気が利く
- のんきな→おおらかである
- 反抗的な→自立心のある
- 物おじする→慎重で思慮深い
- 乱暴な→たくましい

むつ市ファミリー・サポート・センター

TEL&FAX 0175-24-0605

むつ市病後児預かり室「おひさまルーム」

TEL 0175-31-0209 FAX 0175-24-0605

メール famisapo@npo-hiroba.org

事業受託先 NPO法人 むつ下北子育て支援ネットワーク ひろば
 むつ市柳町1-2-15 佐藤ビル2階

TEL 0175-23-7844 FAX 0175-34-0013

メール info@npo-hiroba.org HP <http://npo-hiroba.org/>



むつ市ファミリー・サポート・センター 会報

わいわい通信



第14号 平成29年10月 発行

むつ市ファミリー・サポート・センターは、育児の援助を受けたい人「おねがい会員」と、援助を行いたい人「まかせて会員」と、両方を希望する人「両方会員」とが、それぞれセンターの会員となり地域で子育ての助け合い活動を行っている会員組織です。

会員交流会のご案内

今年度も会員交流会を開催します!!

今回は2時間たっぷり使った「エコクラフト体験」です。託児付きなので楽しくおしゃべりしながら作ってみませんか？日程等は、下記の通りです。

託児を利用したことのない方も、この機会にぜひご利用ください。



日時：平成29年11月2日(木) 10:00~12:00

場所：むつ市ファミリー・サポート・センター
 センターに集合して頂き、隣の「ふれあいホームひろば」に移動します。

参加定員：8名

申込〆切：10/25(水)又は、定員になり次第受け付けを終了します。

材料費：材料費として500円頂きます。

コサージュやレースを付ければ
 オリジナルのバッグができます!

託児料：無料 (託児場所はセンターとなります。)

申込み先：むつ市ファミリー・サポート・センター

TEL 0175-24-0605

※詳しくは、センターにお問合せください。

※申し込みは、電話でお願いします。



ミニかごバッグ

たくさんのお参加をお待ちしています

平成29年度 会員研修会

5/22	「もっと知ってね 発達障害のこと」	青森県発達障害者支援センター「ステップ」
6/13	「子育て支援サービスの提供」	センター長 小川 千恵
6/13	「保育の心」	青森県家庭教育アドバイザー 中川 めぐみ氏
7/6	「身体の発育と病気」	どんぐりこどもクリニック 佐々木 正人先生
7/6	「安全・事故」	どんぐりこどもクリニック 佐々木 正人先生
9/1	「子どもの世話」	むつ市健康推進課
9/1	「子どもの栄養と食生活」	むつ市健康推進課
9/6	「救急救命講習」	むつ消防署
9/19	「子どもの遊び」	センター長 小川 千恵 保育士 白川 久子氏



～アンケートより～

- ・話を聞く事が、大切だと頭では分かっているけど、普段の生活の中で、自分はちゃんとできているか改めて考える事ができました。
- ・とても勉強になりました。昔を思い出して、今思うのは、もっと気楽に子育てできれば良かったと思いました。
- ・これから利用してくれるお母さん達や、自分の子どもに対しても、とても良い話を聞く事ができました。色々なことに気付くことができ良かったです。
- ・安全に対する気持ちを今一度考えなおして、サポートの仕事に臨みたいです。
- ・素因と環境に加えて、子ども本人の希望する状態に向けて伸びていく、というお話が聞けて良かったです。発達と周囲の刺激は、一体につながっていると改めて印象に残りました。
- ・生活リズムを整えることの大切さがわかって良かったです。叱り方、ほめ方のお話は、自分自身はできているのか、改めて考える事ができました。
- ・自分の家の普段を思うと反省することが多く、子どもの生活をもう少し上手く整えてあげよう意識しました。
- ・子どもにとって、遊びの大切さが分かり良かったです。人形作り、とても楽しかったです。
- ・小さい子だけではなく、どんな子どもでもデジタル家電なしでコミュニケーションをとる大切さを知りました。

会員数

おねがい会員	381名	} 合計 452名
まかせて会員	44名	
両方会員	27名	



～活動紹介～

ファミリー・サポート・センターでは、日中の一時預かりの他にも、早朝・夜間の預かり、送迎なども行っています。登録はしたものの「こんな時は預かってもらえるのかなあ？」など心配な方も多いと思います。

これまでにセンターを利用した方の事例を紹介しますので参考にさせて頂ければと思います。

入院中の付き添い

赤ちゃんが入院する事になり、上の子のお迎えや荷物の準備などができず困っているお母さんから相談の電話がありました。対応できそうなサポーターに連絡し、お母さんが用事を済ませるまでの数時間、病院で赤ちゃんの付き添いをしました。

その後も、入院中の数日間（1日数時間）お母さんに代わり付き添いをしました。



わからない事や不安な事があれば、センターにお電話ください。

～ファミサポからのお願い～

※託児の依頼は、**9時～16時**までをお願いします。

※登録内容に**変更**がありましたら必ず**センターへご連絡**ください。

※転勤等で退会する場合は、**退会届**を申請して頂きますので連絡をお願いします。

※託児終了後は、おねがい会員・まかせて会員共に『援助活動記録用紙』の確認をお願いします。

（**記入漏れ**や**計算の間違い**がないか良く確認してください。）

※活動記録用紙は、サインではなく**押印**です。必ず**印鑑**をご持参ください。

※まかせて会員は、**翌月5日まで**に『援助活動記録用紙』の提出をお願いします。