



# ファミサポだより vol.16

平成 28 年 5 月

ファミリー・サポート・センターながさき



## スキルアップ研修会 自分で作ったワニさんと写真撮影



◆ 平成 28 年 1 月 27 日にスキルアップ研修会を行いました。◆

『身近なもので作れるおもちゃを作ろう!』というテーマで、講師に福田保育園主任保育士の本村先生を迎え、身近なものの新聞紙で作ることができるワニさんを教えてもらいました。

皆さんワニの形が仕上がるにつれ、折り方が複雑になり夢中で作りあげていました。

最後に目やウロコを描いて、かわいいワニさん・リアルなワニさん・・・それぞれ個性的なワニさんが完成。バックの中からワニさんの顔が覗き、持ち帰るのに少し恥ずかしそうにしていました。(～)



その後の『意見交換会』では、“ヒヤリ・ハット”の事例について原因・再発防止策を話し合い、実際にファミサポの活動中にまかせて会員さんたちがお子さんと接する場面で困った事などを話し合いました。情報を共有することで重大事故の防止につながるよう今後も続けていきたいと思ひます。(ヒヤリ・ハットとは危ないことが起こったが、幸い災害には至らなかった事象のことです。)

## 平成28年度 第1回 まかせて会員「スキルアップ研修会」開催のお知らせ

- 対象者：まかせて会員・どっちも会員  
内容：○季節を感じる製作 ～身近なもので七夕かざり～  
○会員交流会  
日時：平成28年6月30日(木曜日) 午後13:00～15:00  
場所：長崎市社会福祉会館 4F 大会議室  
(長崎市上町1番33号 NBC長崎放送となり)  
定員：40名程度(定員になり次第締め切り)  
申込締切：平成28年6月23日(木曜日)  
※お時間がある方は、ぜひご参加ください。

### 【お申込み・お問い合わせ先】

ファミリー・サポート・センターながさき

長崎市社会福祉協議会 電話 829-6244 担当 豊田・宮本

長崎市保育会 電話 829-7714 担当 田中・山下

### ファミサポの活動で困ったことはありませんか？

今回のスキルアップ研修会では会員交流会を開催します。長年、こどもたちと接していらっしゃる現役保育士の先生と一緒にお茶を飲みながら、「保育園あるある!!」やこどもたちについて、いろんな質問など楽しくお話してみませんか？多数のご参加をスタッフ一同お待ちしております。



## 6月は虫歯予防月間です。〔歯は大切にしましょう。〕



お口の健康は全身の健康にもつながっており、定期的に健診を受けることで、むし歯や歯周病を予防することができます。歯の痛みは突然やってきます。痛くなる前に定期健診をおすすめします。長崎市では健診事業を行っていますのでご紹介します。

### ○長崎市妊産婦歯科検診(ママの歯っぴいチェック)

- ・長崎市にお住まいの妊婦(母子健康手帳の交付を受けた方)及び産婦(産後1年以内の方)でそれぞれ各1回

お子様同伴で健診を受けられる場合(就学前までのお子様を対象)は、歯科医院での保育サポート(子どもの預かり)が利用できます(無料)。保育サポートを希望されるかたは、「ママの歯っぴいチェック(無料の妊産婦歯科検診)の託児の予約です。」と「口腔保健支援センター」へお申込みください。

### ○長崎市歯周疾患検診(節目検診)

- ・長崎市在住の満20歳・25歳・30歳・35歳・40歳・50歳・60歳・70歳・80歳のかた
- ・20歳以上の禁煙を希望する喫煙者

### 【お問い合わせ・申し込み】

口腔保健支援センター(健康づくり課内) 電話 095-829-1436





# 備えていますか？防災グッズ



4月に発生した平成28年熊本地震から一ヶ月余りが過ぎました。まさか九州で地震災害が起こるなんてと驚かされている方、また不安に思っている方も多いのではないのでしょうか？しかし、まさかではなく、備えておかなければならないと改めて痛感しています。そこで、今回は災害時に備えておきたい非常持ち出し品等をご紹介しますと思います。

## 1. 常に準備しておきたいもの (チェックリスト)

|       |           |
|-------|-----------|
| 飲料水   | ※履き物      |
| 非常食   | ※携帯電話・充電器 |
| 携帯ラジオ | ※ホイッスル    |
| 懐中電灯  | ※軍手・上着    |

- 飲料水は1日1人3リットルを3日分が基本です。
- 非常食も最低3日分を準備しましょう。
- ※の項目は、予め枕元に準備しておきたいものです。
- 履き物は割れたガラスや瓦礫でケガをしないよう、運動靴やスニーカーを準備しましょう。

## 2. 非常時に持ち出したいもの (チェックリスト)

|                   |            |
|-------------------|------------|
| カンパンやお菓子等の食品      | 防寒具・雨具     |
| 名前・連絡先・血液型等書いたもの  | マッチ・ライター   |
| 貴重品 (身分証明・車の鍵・眼鏡) | ゴミ袋・ポリ袋    |
| 常備薬・医薬品・救急セット     | 生理用品・ティッシュ |
| 予備電池 (懐中電灯やラジオ用)  | 新聞紙・ラップ    |
| 衣類 (特に下着等)・タオル    | 歯磨きセット     |

- お菓子等少しあると、不安を和らげられるそうです。
- 車の鍵も持ち出せると便利です。
- 乾電池は事前に種類を確認しておきましょう。

## 3. 乳幼児がいるお宅では… (チェックリスト)

|                 |           |
|-----------------|-----------|
| ※母子手帳・健康保険証     | 離乳食用スプーン  |
| 紙おむつ・粉ミルク (3日分) | バスタオル・タオル |
| 子ども用着替え (3日分)   | 抱っこひも     |
| ベビーフード (3日分)    | 小さ目の毛布    |
| おしりふき・ウェットティッシュ | 哺乳瓶・魔法瓶   |



- ※の母子手帳・健康保険証は、できる限り持ち出せるようにしておきましょう。
- 乳幼児がいるお宅ではまず、保護者がパニックにならないよう心がけ、慌てずに安全な場所へ移動して下さい。
- 持ち出し品はリュック等に入れ、できるだけ両手が使えるようにしておきましょう。
- 上の子等いれば、子ども用のリュックにお菓子や必要な物を入れておくのも良いですね。
- 乳幼児を連れ荷物を持って避難できるかを確認し、必要に応じて荷物の量を調整したり、予めご近所と助け合いができるように普段から声を掛けあうことも大切です。

上記以外にも、ご家族で何が必要かを話し合ったり、避難所などの場所の確認。また、家族で連絡が取りあえない時に何処へ行けば良いかなどを確認し合うことが大変重要です。

「まさか」ではなく、いざというときの為に日頃からご家族で備えておきましょう。



# ～ファミサポ会員情報～



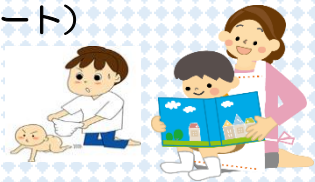
## おねがい会員 活動内容



皆さん、他の会員さんがどういった活動内容でまかせて会員さんにサポートをお願いしているのか気になりませんか？今回はいくつかご紹介したいと思います。

### ★ 子守り

（まかせて会員さんのサポート中お母さん〈保護者〉が家事又は介護等の間のサポート）



### ★ 子どもの習い事の送迎

（習い事をさせたいのに送迎がお仕事でできないお母さん達に代わりリハビリ・スイミング・書道教室等へ）



### ★ 入浴の介助

（赤ちゃんの沐浴だけのサポートやご主人が出張中の入浴の介助）

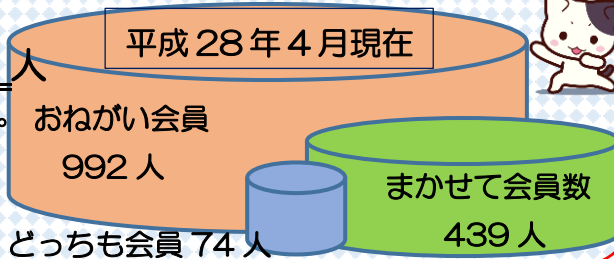


### ★ 美容室へ

（お子さんが小さいとなかなか髪を切りに行くことができないお母さん達。ほんの少しの時間リフレッシュタイム！）



～各会員数～  
総会員数 **1505** 人  
になりました。



★センターからのお願い★  
活動報告書の提出は月末締め  
の翌月5日までになっておりま  
す。月末最終活動日にサイン等  
記入もれがないか？ご確認いた  
だきお早めのご提出をお願い  
いたします。

## 平成28年度ファミサポ年間予定

### ✿ まかせて会員養成研修会 ✿

- 第1回目 平成28年 6月21日～24日
- 第2回目 平成28年 10月予定
- 第3回目 平成29年 2月予定

本年度も養成研修会を3回開催します。身近な方に興味をお持ちの方がおられましたら是非ご紹介ください。

※第1回目の詳細は「広報ながさき5月号」に掲載されています。



### ✿ スキルアップ研修会 ✿

- 第1回目 平成28年 6月30日
- 第2回目 平成29年 1月予定

★ 第1回目は七夕かざりの製作  
会員交流会

（前ページにご紹介しております。）

★ 第2回目は長崎大学保健・医療推進センターカウンセラーの富永ちはる先生をお呼びして、発達障害児の基礎知識をお話ししてもらいます。



ファミリー・サポート・センターながさき



【長崎市社会福祉協議会】

〒850-0054 長崎市上町1番33号

TEL : 095-829-6244 / FAX : 095-829-6245

E-mail : [famisapo@nagasaki-shakyou.or.jp](mailto:famisapo@nagasaki-shakyou.or.jp)

【長崎市保育会】

〒850-0873 長崎市諏訪町9番12号

TEL/FAX : 095-829-7714

E-mail : [support-hoikukai@ngs1.cncm.ne.jp](mailto:support-hoikukai@ngs1.cncm.ne.jp)