

コロナ感染予防×熱中症予防の両立を

厚生労働省が推奨するコロナ感染・熱中症予防の留意点についてご紹介します。手洗い、うがい、検温などの基本的な感染対策は引き続きお願いします。 ※令和4年6月現在

●マスクの着用について

屋外で2メートル以上の距離があるときはマスクを外して良いとされています。屋内では距離を確保できず会話する場合は着用が推奨されています。

●エアコン使用中も換気を

夏場はエアコンを止めずに窓、ドアなど2カ所を開けて定期的に換気しましょう。目安は30分に1回。換気後は室温が上がるため、温度設定を下げるなどして調節を。

●こまめな水分補給を

喉が渇いていなくても定期的に水分を補給しましょう。1時間にコップ1杯、1日あたり1.2ℓが目安です。大量に汗をかいたら塩分補給も忘れずに。

ふあみさぽ  
スタッフコラム

Vol.5

テーマ/繊細さん、敏感さん

HSP・HSCって  
知っていますか？



「いろいろなことが気になって落ち着かない。ちょっとしたことで落ち込み眠れない。音や光、臭いに敏感で疲れやすい…」など、何か生きづらさを感じる、ありませんか？ もしかしらHSP(ハイリー・センシティブ・パーソン)かもしれません。

最近、周知されるようになりましたが、このHSPは病気や障害ではなく性格的なものの一つで、生まれつき視覚や聴覚などの感覚が敏感で刺激を受けやすいのが特徴です。5人に1人が該当するともいわれています。

この特性を持つお子さまがHSC(ハイリー・センシティブ・チャイルド)です。洞察力があり共感性も高く、ちょっとした騒音でも刺激が強すぎ、学校へ行くだけで大

きなストレスになることも。また赤ちゃんだと、長時間激しく泣いたり、不眠だったり…。どうして？ と思ったら、HSCが原因なこともあります。長年、生きづらさに悩んでいた人が、自分がHSCであることが分かり、自分の行動や環境を変えたり、家族や身近な人に打ち明け理解してもらうことで楽になったといえます。

今、多様性を受け入れることを求められる時代です。自分にとって当たり前なことでも、相手にとっては当たり前でないこともあります。それらの事柄を伝えることも大切ですが、相手を理解し、相手の立場について学ぼうとすることも必要です。

お互いの違いを理解し認め合う優しい社会になればいいですね。

アドバイザー・保育士/大塚 ゆみ

活動状況

令和4年5月末日 現在						
会員数	中央区	東区	西区	南区	北区	計
依頼会員	706	543	255	343	406	2253
一般	693	527	235	320	392	2167
病児	626	490	233	303	356	2008
協力会員	228	204	80	100	143	755
一般	225	200	77	96	140	738
病児	91	65	34	33	48	271
両方会員	16	16	4	7	19	62
一般	10	12	4	6	15	47
病児	6	6	3	5	8	28
会員数 合計						3070

※病児の活動は休止中です(令和4年6月現在)

令和3年度(令和3年4月～令和4年3月末)

活動件数	送迎	保育	受診代行	計
一般	1891	1508	—	3399
病児	—	—	—	0
合計				3399

主な活動

1. 子どもの習い事等の場合の送迎… 534件
2. 保育所・幼稚園の終了後の送迎… 444件
3. 依頼会員宅での預かり… 355件
4. 児童育成クラブの送迎… 339件
5. 児童育成クラブの預かり… 288件
6. 保育所・幼稚園の登園前の送迎… 248件

編集・発行

ファミリー・サポート・センター＜熊本＞

〒860-0862 熊本市中央区黒髪3-3-10 2F

☎096-345-3011/096-345-3039

FAX:096-345-3012

(病児対応:096-273-6808 月～土曜 7時～19時)

【開所日時】月～土曜 9時～17時

※日曜・祝日、年末年始(12/29～1/3)は休み

※ホームページにお知らせや最新情報を随時アップします!!

アドレス: <http://www.famisapo-kumamoto.info>



事務局からのお願い・お知らせ

・依頼会員の皆さま

ご紹介後は2～3日以内に協力会員へお電話を入れていただくようお願いいたします。もし、ほかの手立てができ支援の必要がなくなった場合は、速やかに事務局まで取り下げのご連絡をお願いします。

・協力会員の皆さま

援助活動実施報告書は、活動の翌月5日までに事務局に郵送されるかご持参をお願いします。

・現在活動をしている皆さま

手指消毒スプレーをお配りしています。必要な方は事務局までお越しください。※数量限定



会員募集中です

当事業は、熊本市の子育て支援事業です。子育ての手助けが必要な方、地域で子育てのサポートができる方は、事務局までお問い合わせください。

Topics



2021年11月19日(金)付の「くまにちすばいす」の10月号に掲載

ふあみさぽ  
だより [Vol.17]  
2022年7月発行

発行元:ファミリー・サポート・センター＜熊本＞

コロナ禍も2年が過ぎ、感染対策をしながらの子育てや生活に疲れ気味の方も多いのではないでしょうか? 当センターは依頼会員の皆さまが安心して子育てができるよう、協力会員の皆さまに楽しくやりがいを持って活動していただけるようこれからもサポートしてまいります。今年度も当事業への温かいご支援とご理解、ご協力をお願いいたします。 ※講習会などは感染対策を講じて実施しています

「くまにちすばいす」に掲載されました

今回、「くまにちすばいす」の特集企画「親子で考えるセカンドライフ」に2組の協力会員ご夫婦が紹介されました。入会のきっかけや子育て支援に対する思い、今後の目標などが掲載されています。記事を読みたい方は、ファミサポのホームページで閲覧可能です。ぜひ、のぞいてみてくださいね。

ファミサポ  
ホームページは  
こちらから!



テレビで活動の様子が  
紹介されたよ!



ファミサポキャラクター  
コチネラちゃん

～依頼会員宅での預かり～

昨年11月、TKUの朝の番組「かたらんね」のコーナー「市つとるね!? マナブくん」の取材に事務局スタッフもお邪魔しました。

「おはよう」。この日も約束の時間に米村貞子さん(協力会員)は、内田香純さん(依頼会員)宅を訪れました。ニコニコうれしそうに出迎える怜花ちゃん(当時1歳)に、米村さんの目じりも下がります。「子どもの気配を感じながら家事ができ助かっています」と話す内田さんに対し、「懐いてくれてとってもかわいい」とほほえむ米村さん。

依頼会員が家事をする傍らで絵本や手遊びを楽しむお子さまと協力会員。会員同士の信頼関係が伝わる、終始和やかな取材になりました。大変お世話になりました。

市つとるね!? マナブくん ファミリーサポートセンター 検索  
アーカイブで見ることができます



取材中も自然体で過ごされていました



2021年12月1日(水)に放送されました

協力会員さんがとても優しい方で  
子どもが懐いていて安心です!



センター長 藤井 有貴子

### 子どもたちの笑顔のために

今年度がスタートしました。長引くコロナ禍の中で、負担感を抱えていらっしゃる方も多いことと思います。そのような状況下でも、ファミサポの事務局は稼働し、相互支援の活動は今日も行われています。先日長らくファミサポの活動を支えてくださったサブ・リーダーさんらが退任されました。最後のあいさつの中に、「私は、子どもが好きで好きでたまらなかった…」と言われた方があり、心に残りました。どんな時にも子どもたちが笑顔でいられる社会を創るために、私たち事務局も微力ながら頑張っていきたいと思っております。

## NEW FACE 新体制でスタート！今年度のサブ・リーダーの皆さまです



今年度は新たに3人の方を迎えました。協力会員の活動のほか、当事業の運営のお手伝いや会員間の交流のサポート、毎月の定例会議で活動報告や意見交換などを行っています。どうぞよろしくお祈りいたします。

- 中央区 岩本 二美さん
- 西区 西山 幸代さん
- 北区 星子 立子さん
- 東区 古澤 喜美子さん NEW
- 南区 福嶋 和子さん
- 坂田 眞美さん NEW
- 谷口 まつみさん
- 福永 千鶴子さん NEW

## 長きに渡りお世話になりました



昨年度をもって3人の方がサブ・リーダーを退任されました。これまでご尽力いただきありがとうございました。

- 中央区 平野 純子さん
- 東区 上田 幹子さん
- 北区 鶴田 三保子さん

講習会・交流会のご参加をお待ちしています！

今年度も楽しく、ためになる交流会・研修会を計画中です。詳しい内容は、ホームページや市政だよりなどに掲載します。皆さまのご参加をお待ちしています。

【お問い合わせ・お申し込み】☎096-345-3011

※状況次第で変更や中止になる場合があります ※すべて要予約

### 【協力会員講習会】(年度内4回開催)

活動のプランクがあり学び直しをしたい方、一般・病児の資格を追加で取りたい方、お子さまが園や小学校に行っている間に活動したい方など、再受講や両方会員になりたい方は気軽に相談ください。友人、知人のご紹介もお待ちしております。

今後の予定 ※第1回は終了しています  
第2回/9月 第3回/11月 第4回/2月

講習⑥ 安全・事故(小児救急実習) 年に1度の再受講を!!

厚生労働省は5年に1度、熊本市では年に1度の再受講を推奨しています。安心・安全な活動のためにぜひ受講ください。

7/29(金) 10:00~【協力会員交流会】

対象/協力会員  
活動に関する悩みや困り事などをみんなで共有しませんか？ 互いの経験談から解決の糸口がきっと見つかるはずです。毎回好評のフリートークの時間も予定しています。

9/16(金) 10:00~【フォローアップ研修会】

対象/全会員  
会員のレベルアップを目的とした研修会。昨年度中止になった安全運転講習を今年度実施することになりました。送迎の活動がある方は、ぜひご参加ください。

10/22(土) 10:00~【全体交流会】

対象/全会員、一般の方  
年に一度開催している会員間の交流と事業周知を兼ねた親子イベント。現在、楽しい企画を計画中です。

### 送迎の活動をしている皆さま

#### ●「自家用車使用申請書」の提出をお願いします

今年度より送迎の活動をしている協力会員の皆さまに同書類の提出をお願いすることになりました。現在、送迎の活動をしている方には書類を同封しております。必要事項にご記入後、返送またはご持参ください。

#### ●自家用自動車使用に伴う交通費(実費)の算出について

ここ数年、送迎に伴う交通費のご相談が増えてきました。以前は1km40円で算出をお願いしていましたが、厚生労働省より「道路運送法第80条で禁止されている白タク」に該当するとの通達があり、事務局から料金の提示ができなくなったという経緯があります。今後、皆さまにスムーズかつ安心して活動していただけるよう、上限額の設定を検討中です。詳細が決まり次第、ホームページや広報誌でお知らせいたします。

### レポート

#### 協力会員交流会

日頃感じている不安や悩みをみんなで共有しました



昨年11月25日(木)、26人の協力会員が参加。現在、依頼会員宅での預かりをしている3人の活動発表後、事務局から活動の注意点やコロナ対応について話しました。里親制度の紹介も行い、皆さん熱心に耳を傾けていました。

グループワークでは活動の悩みや疑問を共有。その後、茶話会も楽しみました。終了後には「普段不安に感じていることを話せてよかった」「少し心が軽くなりました」「お子さんと楽しい思い出を作りたいです」など、前向きな声が多く聞かれました。

#### 地区交流会

しめ縄作りを楽しみながら会員同士の交流を深めました



12月17日(金)、協力会員17人、依頼会員4人、両方会員1人が参加し、しめ縄作りを行いました。ペースのしめ縄に花や水引などを飾り付け、個性のおしゃれなしめ縄が完成！

「オリジナルに気分が上がりました」「協力会員のアドバイスがあり、活動してみようと思った」「依頼会員の悩みを聞いてよかった」などの感想が聞かれ、会員同士の交流と製作で充実した時間になったようです。



### 病児の協力医院のご紹介

事務局から当事業への協力をお願いしている医院です。現在、病児の活動は休止していますが、再開した際、病児の活動や、かかりつけ医が休診のときなどに受診することがあります。

#### ●瀬口医院 ささ小児科

#### 時代のニーズに応えながら しっかりとお子さんに向き合う小児科

「お子さんからしっかり話を聞くようにしています」と話すのは「瀬口医院」三代目の黒澤茶茶院長。コミュニケーションを大切にする患者第一の診療は、昭和25年に開業した祖父、お父様の代を経て『ささ小児科』となった今も大切にされています。

一方、時代のニーズに合わせたシステムや設備も魅力。診療予約や予防接種のスケジュール管理をオンライン化し、さらに受付を介さず外から出入りできる感染症専用室を備えています。2階には妹さんが営む小児歯科もあり、連携したお口のケアも可能です。



外に出入り口を設けた感染症専用室



緑を基調にした清潔感のある院内



黒澤茶茶院長

瀬口医院 ささ小児科  
☎096-357-9475  
熊本市南区白藤 2-2-38 1F

ささ小児科 検索



1階は小児科、2階は小児歯科

#### いしばし小児科

☎096-211-1115  
熊本市北区津浦町 19-2

#### 三井小児科医院

☎096-369-4848  
熊本市東区尾ノ上 4-11-248

ファミサポキャラクターのコチネラちゃんが、今気になっていること・ものをレポートするコーナーです。

コチネラちゃん Report vol.01



主任/里親等相談支援員 和田 朋幸さん

## 里親制度ってどんな制度なの？

『熊本市フォスタリング機関 アグリ』の和田さんに話を聞いてきたよ～

里親とはさまざまな事情でご家族と生活できないお子さんを家庭に迎え入れて養育して下さる人のこと。児童福祉法に基づいて登録した里親が、親に代わって子どもの成長をサポートする“子どものための制度”です。里親には法的な親子関係を結び自分の子どもとして迎え入れる「養子縁組里親」と、一定期間迎え入れる「養育里親」があります。私たちスタッフが“チーム養育”として里親さんとお子さんを365日24時間サポートしていきます。

この制度は決して特別なことではなく、一つの家族のカチです。子どもたちには一緒にご飯を食べる・心配してくれる・抱きしめてくれる、そんな温かい家庭が必要です。今、子どもの笑顔が浮かんだ皆さん、話を聞いてみませんか？ 月に1回説明会を行っていますのでご参加ください。皆さまからのご連絡お待ちしております。



## 活動や子育てでヒヤッとしたこと、ハッとしたことはありませんか？

オムツ交換後、手洗いをして部屋に戻ると、お子さんがソファにつかまり立ちをしていてヒヤリとしました。

アドバイス▶年齢によっては洗面所に一緒に連れて行くか、無理な場合は除菌シートで代用することをお勧めします。

子どもさんが自分でドアを開けてしまい、隣の車に当たりそうになりました。

アドバイス▶顔合わせの際に注意点を話しておくことが大切です。送迎時に「降りるときは私がドアを開けるからね」と車内での声掛けも有効です。

会員の皆さまから寄せられたヒヤリハット事例をご紹介します。活動にお役立てください。

送迎中に車の窓を開けそうになり焦りました。

アドバイス▶車に乗ったら必ず窓やドアにロックを掛けましょう。



バッグの中にあめが入っていたので、お母さんが入れられたのかなと思いつき見守りながら食べさせました。後で小学生のお姉ちゃんが入れたと聞いてヒヤリとしました。

アドバイス▶あめは誤飲の原因になるので注意が必要です。安全を第一に考え、少しでも不安を感じたら控えましょう。

