

* 援助活動の予定が決まったら *

依頼会員、援助会員両方からセンターまで連絡をお願いします。連絡のない活動は、保険対象になりません。また、活動報告書は翌月 15 日までにセンターまたは東向日別館 4 階「子ども家庭課」へ封入のうえ、ご提出ください。



* 新しい依頼をお考えの方へ *

急な依頼は援助会員さんと連絡が取れなかったり、予定があったりと、援助できる会員が見つからないこともあります。安心して援助を受けるためには活動前に「事前の打ち合わせ」が必要です。また、毎年 2 月頃になると新年度へ向けての依頼が多くなります。活動の依頼は余裕を持って、センターへご連絡ください。

お正月の白みそ
を使って！

『白みそのクリームシチュー』

* 材料 (2 人分)

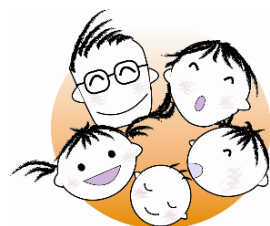
鶏もも肉	250~300g
小松菜	1/4 束
人参	1/2 本
牛乳	カップ 2
里芋 (冷凍)	100~120 g
白みそ	大さじ 1+1/2
サラダ油	大さじ 1
小麦粉	大さじ 2
塩	少々

- ① 小松菜は根元を切り落として 5cm 長さに切る。人参は 5mm 厚さの輪切りにする。鶏肉は一口大に切る。
- ② 鍋を熱してサラダ油大さじ 1 をひき、鶏肉を焼く。焼き色がついたら人参を加えて、炒め合わせる。
- ③ 全体に油が回ったら小麦粉大さじ 2 を加えて弱めの中火で炒める。粉っぽさがなくなったら火を止め、ダマにならないように少しずつ牛乳を加える。
- ④ 再び火にかけ、里芋を加えて混ぜながら中火で 8~10 分間煮る。
- ⑤ 白みそを溶き入れ、小松菜を加えてさっと煮る。塩少々で味を調えて器に盛る。



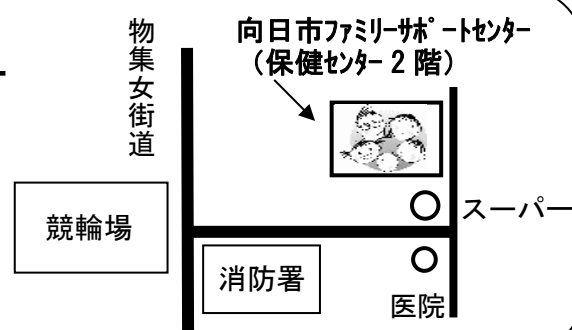
暖冬とはいえ、さすがに冷え込む今日このごろ、会員の皆さまいかがお過ごしでしょうか。新しい年の始まりです。昨年 5 月に新型コロナウイルスが 5 類となり、旅行やイベントに出かける方も増えてきていますね。皆さまからも「友人と食事にでかけた」「実家に帰省した」と日常が戻りつつある話をお聞きし、うれしく感じています。

令和 6 年が皆さまにとって素敵な一年となりますように。本年もファミリーサポートの活動にご支援ご協力をお願いいたします。



向日市ファミリーサポートセンター

〒617-0002
向日市寺戸町東野辺 31
保健センター 2 階
TEL/FAX (075) 932-7831



むこう...ふみさぽ



フラダンスを
習いたい

ベリーダンスの
ショーに出たい

話したいことを
お互いに声量を気に
することなく
話したい

今年フランス・パリの
ジャパンエキスポ
に出ます！

会員の皆さんにお聞きしました 最近の楽しみ・これから挑戦したいこと

孫たちと一緒に
食事をしたい

母との面会が 15 分
対面で会えるように
なっている

北海道と横浜
へコンサート
に行った

カリンバ (アフリカの
楽器) を練習して曲が
弾けるようになりたい





令和5年度 事業報告



子育てサポーター養成講座

6月と7月に、全7回の子育てサポーター養成講座を行いました。すべての講座を受講された7名の方には援助会員として登録していただくことができました。



おでかけ学習会 10/13 (金)

「京(みやこ)あんしんこども館」へ、向日市の公用バスで出かけました。子どもの事故防止について学び、身近なところに潜む危険を再確認できました。



フォローアップ講座 10/30 (月)

『今と昔の妊娠・出産・子育て事情の違い』についてのお話を聞きました。参加者同士のディスカッションもあり有意義な時間になりました。



普通救命講習Ⅲ 11/30 (木)

向日消防署において普通救命講習Ⅲを受講しました。乳幼児の心肺蘇生法や気道異物除去法について学びました。いざという時に役立つ知識を身につけることができました。



援助活動って？



依頼会員の魚住みきさん^{うおずみ}は、週1回仕事に復帰するため、初めてファミサポを利用しました。活動の前に、依頼を受けた援助会員の三浦初実さん^{みうらはつみ}と、アドバイザーが調整した日時に事前打ち合わせを行いました。

事前打合せの間お子さんのことや共通の話題で話が弾み、終始和やかな雰囲気でした。



魚住さんの声
ファミサポは、ボランティアで地域の方に見てもらえるのが魅力です。

三浦さんの声
久しぶりの活動でワクワクドキドキしています。お子さんの成長を見られて嬉しいです。

依頼会員の磯部由香さん^{いそべ ゆか}は、歯科受診のため、援助会員の林淑子さん^{はやしよしこ}に2時間の預かり活動を依頼しました。活動当日はお子さんの様子をしっかりと伝え、ミルクやおむつを準備して林さんに預けます。



林さんが体をさすると落ち着くのか、お母さんが出かけた後もとても気持ちよさそうな様子でした。



林さんの声 子育てで困っている人が、私の少しのサポートで助かっていると思うと、とても嬉しいです。



磯部さんの声 安心して預けられるので、とても助かっています。今後も用事ができた時などは利用したいと考えています。

