

新しい内容の援助をご希望の方へ

◎すでに打ち合わせをしたことのあるサポート会員に依頼する場合

サポート会員に直接依頼することができます。

依頼をしたら必ず利用会員がセンターにお知らせください。

または、センターにご連絡いただき、センターよりサポート会員に連絡し依頼することもできます。

◎新たな依頼がありサポート会員を探して欲しい場合

センターにご連絡いただき、サポート会員をお探しします。

援助可能なサポート会員が見つかったらセンターで事前打ち合わせを行います。

ご注意ください！

子乗せ自転車利用の援助についてのご注意です。東京都では、子乗せ自転車に乗せられる年齢は「小学校就学の始期に達するまで（小学校入学前まで）」～東京都道路交通規則より～となっています。

小学生以上の送迎の援助は、自転車を使つての援助が出来ません。徒歩、または公共交通機関、タクシーの利用をお願いします。

新年度を迎え、引き続きの援助がある方はご注意ください。

普通救命講習のお知らせ

現在サポート会員、両方会員の方は、5年に1回「普通救命講習」の受講が必須となりました。救命講習を5年以上受けていない方、「救命技能認定証」を持っていて期限が切れている方は、ぜひ受講をお願いいたします。

「サポート会員養成講習会」の土曜午後の部で無料で「普通救命講習」を受講できます。是非ご利用ください。（日程はお問い合わせください）

※消防署で直接受講することも出来ます。その場合テキスト代が1700円かかります。

狛江市ファミリー・サポート・センターだより

No.53

令和8年

3月発行

ふあみさぽ通信



発行 / 狛江市ファミリー・サポート・センター（受託：社会福祉法人 雲柱社）

ご存知ですか？

こどもの人権

こども家庭庁はこどもの権利擁護と児童虐待防止を最重要政策の一つとして推進しています。その取組は【こどもの権利条約】【こども基本法】の理念に基づいています。

こどもの基本的人権の尊重、暴力から守られる権利、遊ぶ権利など様々な権利をもつことが明確化されています。

ファミリー・サポート・センターでも会員の皆さまのご理解、ご協力を頂きながら、こどもの人権を守るため以下のような虐待防止などの取り組みを行ってまいります。



- こどもの人権を侵害するような事柄を発見した場合には連絡して頂くこと。
- 過去に虐待や不適切な行為を行っていた場合は会員登録を差し控えること。
- 児童虐待防止に関する宣誓書への署名。

・・・【虐待防止】について学ぼう・・・

サポート会員は虐待防止に関する講習を5年に一度受講することとなりました。年に4回行う『サポート会員養成講習会』でこの内容を受講できます。まだ受講されていない方は是非この機会にご参加ください。

◎センターで行う「サポート会員養成講習会」は現役サポート会員の方も、すでに終了した講義を含め、いつでも再受講していただくことができます。受けたい講義がありましたらセンターまでお問い合わせください。2026年度の予定は以下の通りです。

日程：2026年 5月・7月・11月 2027年 2月

詳しい日程はお問い合わせください！

（受講人数によって日程の変更・中止の可能性もあります。）

講義内容：

- ・「小児看護」 ・「栄養と食事」 ・「子どもの遊びや生活」
- ・「心の発達と保育者の関わり」 ・「保育の心」
- ・「発達障がい/児童虐待」 ・「普通救命講習」

● 狛江市ファミリー・サポート・センター

〒201-0013 狛江市元和泉 1-11-11 ひだまりセンター1F tel.03-3480-1587

開設時間 月～土曜日 10:00～17:00 日曜・祝日・年末年始はお休み

時間外緊急携帯番号 070-2208-7032

（緊急のみで、ご依頼やキャンセルの連絡等はお遠慮ください）

メールはこちらから➡



意見交換会を開催しました

2025.11.5 (水)

● 今日からできる！ 耳と季節のセルフケアレッスン ●

今年度の意見交換会は「ファミサポ・サロン」と題して【耳つぼセラピスト】のとつかさきえさんをお招きしました。耳のストレッチをすることで体調の気になる部分へアプローチする、ご自宅でも続けられるセルフケアを教えてくださいました。お手軽だけど癒されて、新鮮な体験となりました。

また、後半は経験豊かなサポート会員さんから、援助の時「こんなことで困った」「援助日時を忘れないための工夫」など体験談や対応策などを伺う機会も持てました。みなさま、お忙しい中ありがとうございました。



交流会を開催しました

2025.12.13 (土)

● おしゃれ「しめ飾り」を作ろう！●

去年同様、たんぼひろばの職員でもある湯浅さんに講師をしていただきました。材料が豊富だったので、出席者の皆さまであれこれ考えたり話し合ったりしながら自分だけのオリジナルしめ飾りが完成しました！

今回も大変多くの応募があり、定員を超過してしまったため、ご参加いただけなかった方も、来年度の交流会にぜひお越しください。



パーツも多様でうまくできて嬉しかったです。



初めての参加でしたがおしゃべりしながら楽しく作れました。

みなさんが地域に根付き活動されている様子うかがえました。



子どもコーナーもありました！

すぐに飾れるのでうれしいです。また参加したいです。

会員さんの声



サポート会員・Hさん

2023年8月に研修を受け、サポート会員として活動させていただいています。私がファミサポに登録したのは、ちょうど一番下の子の手が離れてきて、家庭だけでなく他に新しい居場所を探してみようと思ったからです。といっても資格も持っていないし、強いていえば3人の子を育てた経験しかありません。そこで、以前から気になっていたファミサポに登録してみることにしました。

いざ始めてみたら、とても楽しいです！送迎中心のサポートをしていますが、お迎えの時、私に気づいてニコッと笑ってくれる時はなんとも言えない喜びです。それまでの疲れもすっかり飛んでしまいます。それと、こども達の成長を身近に見られるのは嬉しいです。色々な事をどんどん吸収してるのを見て、こちらが若いエネルギーをもらっています。

サポートを始めて3年、約10組の親子のお手伝いをしました。どのお母様(お父様も)もみな頑張っていて、忙しそうなのがとても気がかりです。私達ファミサポをどんどん利用して、ぜひ自分の時間を作ってもらいたいです。

サポート会員・Sさん

「あ、今、少し心が通じ合ったかも…」お預かりしているときにこんな瞬間があると、とても幸せな気持ちになります。お子さんとの大切な時間を、安全に、楽しく過ごすことが第一なのはもちろんなのですが、私の存在を言い方はおかしいですが、仲間として認めてもらえたような、連帯感と自信がわいてきます。

サポート会員になって2年です。保育園で有名な、1日泣きっぱなしの長女を先生方をお願いしながら仕事をし、本当に感謝の一言に尽きました。その経験をもとに、いつか私に時間ができたら、サポート会員のような形で恩返しをしたいと考えており、長い月日を経て、ようやくその願いが叶いました。

お預かりの時には泣いていても、怒っていても、その訴えに共感しながら、最後は笑顔でお別れすることが目標です。保護者の方とのコミュニケーションも大切にしながら、これからもお預かりの大切な時間を過ごしたいと思います。

利用会員・Nさん

二人育児が始まり、上の子と下の子の歳の差もあり、それぞれの生活リズムや気持ちに寄り添いながら過ごす毎日は、想像以上に大変で、ワンオペの日々に心身ともに余裕を失いそうになることもありました。育休時からお世話になり、ファミサポさんは単なる育児サポートだけでなく、私にとって大きな支えです。

実家の母も心強い存在ですが、日常のちょっとした「今、助けてほしい」に応えてくれる近所の方がいてくれる安心感は何にも代えがたいものがあります。姉妹二人ともお世話になり、長いお付き合いになりますが、成長と一緒に喜んでくださる姿に、家族のような温かさを感じています。

子育てを一人で抱え込まず、信頼できる手を借りることで、前向きにこども達と向き合えるようになっていきます。

