

# ファミサポを利用しています！

ファミサポを利用している依頼会員さんにお話を伺いました！  
利用の仕方は人それぞれ。お気軽にご相談ください！

上の子の時に助産師さんにお世話になって、その時にファミサポのことを知りました。次の子の出産を控えて、私の入院中や産後の上の子の保育園の送迎や家事をどうしようか考えた時に「家族の手が足りない保育園の登園をファミサポにお願いしよう」と。始めは家族ではない人の車に乗って登園ができるのかとても心配で、私も同乗して練習もしたんですが、そんな心配をよそにすぐに慣れてくれました。「〇〇さんと一緒に行ってくる！」って。

1か月半お世話になりましたけど、とても助かりました。こんなことでお願いしていいのかなって思わず、まずは相談してみるといいと思います。子育てのサポーターとして困ったときの拠り所としてファミサポを利用しましょう！

「保育園へ連れて行ってください！」



青山 優美さん

「自分のワクワク時間  
つくりました！」



山口 富士子さん

くるるに遊びに来た時にファミサポを利用している人を見て「私も利用してみようか！」って思ったのがきっかけでした。始めは仕事をお願いしていましたが、子どもが慣れてきてからは仕事とは別に1週間に一度お願いすることで自分の時間が作れて「その時間なにしようか！」って考えてわくわくしたり、視野も広がったりしました。1年間お世話になりました。娘に合わせた場所や遊びを考えてくれて保育園とは違うマンツーマンの良さもありました。

1月から入園しましたが、ファミサポのプレ保育園を経験したことで私も子どもも安心してすんなり離れることができた気がします。母としての使命感にとらわれずに気軽に利用してみませんか。

24時間の育児は楽しい時もあるけれどつらくて悩んだ時もありました。そんな時にくるるでチラシを見てファミサポを知りました。リフレッシュしたい時にも利用できることを知ってお願いすることにしました。知らない人に預けることは不安でしたが、提供会員さんから子どもの様子を聞いたりいろいろなお話をしたりしてからは安心して預けることができました。

故郷ベトナムには無い日本の「温泉」が大好きなんです。産休育休中はなかなか行けなかったけれど、ファミサポにお願いしてゆっくり温泉を満喫してリフレッシュできました。

皆さんも遠慮なく利用してほしいと思います。自分が元気になると子育ても楽しくできますから！

「温泉でリフレッシュ！」



水品（グエン）マイさん

「登園前のヘルプ&  
子育ての相談相手です！」



穴沢 明日香さん

3月で1歳になる双子を子育て中です。朝ごはんや身支度など登園前の世話を手伝ってもらっています。朝提供会員さんが家来ると子どもたちは奇声を発して大喜びです！本当は入園前までのお世話の予定が今も継続して来ていただいている、とても助かっています。

子どものことを私とは違う目線で見てもらえたり、家族とはちょっと違ういい距離感でなんでも相談できたりします。ネットだけの情報は不安に思うこともあるけれど、大先輩ママとの生の声でのコミュニケーションやアドバイスはお役立ち情報満載です。育児で悩んだり困ったり休みたかったりしたときはファミサポを頼ってみませんか。

# ファミサポ通信

Vol. 20

令和8年2月発行

十日町市ファミリー・サポート・センター

(子育て支援センターくるる 内)

電話:025-757-1008

豪雪お見舞い申し上げます。

昨冬に続き大雪に見舞われた妻有の里。今冬も昨年並みの降雪深を記録しました。日々の除雪や雪片付けで心身ともにお疲れの方も多いと思います。

「十日町雪まつり」が終わると冬が終わりを告げると言われています。旧暦で三月は「弥生」。草木がいよいよ生い茂るという意味だそうです。

雪深い妻有の里にももうすぐ春の便りが届きます。

## ＜令和7年度 活動状況と件数＞

令和7年4月～令和8年1月までの活動件数です。（参考：令和6年度数値）

	活動の内容	R7.4/1～R8.1/31	R6.4/1～R7.1/31
1	放課後児童クラブの送迎及び帰宅後の預かり	1件	246件
2	保護者の臨時的就労	30件	123件
3	子どもの習い事等の援助	60件	78件
4	保護者の病気やその他急用	45件	11件
5	学校の送迎	61件	16件
6	保育園・こども園・幼稚園の送迎	23件	7件
7	保護者の外出	52件	5件
8	小学校の迎え及び帰宅後の預かり	0件	2件
9	保護者の求職活動中の援助	0件	1件
	計	272件	415件

令和8年1月末日の総会員数

- ◆依頼会員 282人
- ◆提供会員 71人
- ◆両方会員 6人
- 合計 359人

～提供会員の皆さまへ～

預かり中の子どもの安全対策等のため、「救急救命講習及び事故防止」「虐待防止」に関する講習は必須科目となりました。必ず受講するようにしてください。

また、講習内容も変わってきていることから、フォローアップ講習を5年に1回は受講するようにしましょう。



# 令和7年度活動報告

## 「令和7年度 提供会員養成講習会」を開催しました

10月21日(火)、28日(火)、31日(金)の3日間、市役所大会議室を会場に「令和7年度提供会員養成講習会」を開催しました。新規登録者4名を含む13名の会員が参加しました。

### 「絵本のある子育て」

子ども読書活動推進コーディネーター 林 篤子さん



### 「こどもの食の留意点」

市管理栄養士 高橋 忍さん



### 「感染症の予防と対策」

在宅助産師 山崎 泉さん



### 「特別な配慮が必要な子の行動特徴と支援」

市臨床心理士 鈴木 皓子さん



### 「子どもの事故と応急手当」

十日町地域消防本部 太田 救急救命士



### 「笑いヨガを楽しもう！」

水落整体 水落 善久さん



### 「提供会員活動報告会」



## 「会員交流会」を開催しました！

11月29日(土)、サンクロスで恒例の会員交流会を開催しました。この日は、依頼会員、提供会員、スタッフ合わせて31人が参加（感染症等で17名のキャンセル）しました。大型絵本やパネルシアターやさかな釣りゲームのあとは、丸山太さんによる「ヨーヨーパフォーマンスショー」で楽しい時間を過ごしました♪

### Futoshi Maruyama ヨーヨーパフォーマンスショー



子どももパパも飛び入り参加！



さかな釣りゲーム  
今年も 10,000円札は大人気！



パネルシアター  
「はらたくるま」

ヨーヨーパフォーマンス  
楽しかったね！  
魚釣りのお土産をもらって「はいポーズ！」



### ご意見・ご要望をお待ちしています！

ファミリー・サポート・センターに対するご意見、ご要望などお聞かせください。今後の活動がよりスムーズにできますよう、依頼に関することや預かりに関する事、その他お気づきのことがありましたら、くるる玄関配置の意見箱や子育て支援課メールアドレスへお願いします。

