

令和7年度
ファミサポ実績報告

利用の問合せ先

栗山町ファミリー・サポート・センター
(子育て支援センター「スキップ」内)
受付時間 月～金 8:30～17:15
(土・日・祝日・年末年始は除く)
TEL 0123-72-1280

令和7年度から「子育てサポート」の利用期限を生後6か月から生後12か月になる月の月末までに延長しました。利用者数の変化はありませんが、利用状況を見てみると病院受診・外出などで計画的に利用している様子が伺えます。

子育てサポート券では家事支援もできずが令和7年度希望される方はいませんでした。

登録はしていたけどずっと利用していなかった方から急な病院受診、用事で問い合わせがあり、利用につながることもありました。「どうしよう!」「困ったわ」という時に、遠慮なく頼ることのできるファミサポでありたいと思います。

休日利用される方が増えました。令和6年度は37回でしたが、令和7年度は58回の利用になっています。

登録者数 219名
依頼会員 202名
提供会員 13名
両方会員 4名
R7.3.31 現在

利用人数 113名
利用回数 182回

ファミサポでは送迎も行っています。車の中での何気ない会話も楽しみになっています。

利用理由はリフレッシュ・病院受診が多かったですが、園・学校行事の参加での利用も増えました。「ゆっくりと参観できた」「親子レクを子どもと1対1で楽しむことが出来た。久しぶりに2人だけの時間を持てました」「参観日の親子制作で同じ机になった3組の親子が全員下の子をファミサポに預けて来ていて話が盛り上がった」とのエピソードもありました。

会員のみなさまへお願い

◎登録内容が変更になった方(住所・電話番号・職場・子どもの数 等)、また、退会される方も、ファミリー・サポート・センターへご連絡ください。



冬が駆け足で過ぎていき、あっという間に桜の季節がやってきましたが、まだまだ寒い日も多く、気温差で体調を崩しやすい時季でもあります。体調管理に気を付けながら短い春を楽しみたいですね。
令和8年度がスタートしました。今年度も子育て中の家族に寄り添い、子ども達の成長と一緒に見守り応援して行きたいと思っています。



なんだかやる気が出ないのは【春バテ】のせいかも!!



春になり「寝てもだるい」「頭が重くて仕事や家事が進まない」等の不調を抱えていませんか? その不調もしかしたら春バテかもしれません。

1.「春バテって何?」

春バテとは、春先に増えやすい何となく続く心身の不調のこと。

例えば、頭痛・肩こり・眠気・胃腸の不調・倦怠感・気分の落ち込み・イライラ等…

これらの不調が積み重なることで、仕事や家事が億劫になるなど日常生活に支障が出る可能性があります。

2.春バテの原因

春バテの背景には自律神経の乱れが関係しています。

自律神経の乱れを引き起こす春ならではの原因として、気候の変化・職場や家庭での環境の変化によるストレスがあります。

3.対策

質の良い睡眠をとる・栄養バランスの良い食事を心がける・適度に運動をする・ゆっくりと入浴する。

睡眠には、日中に蓄積した疲労やストレスから体を回復させる重要な役割があります



自律神経を整えるのに必要な栄養素を取りましょう。ビタミンB群はけだるさの対策に意識したい栄養素です。



激しい運動はかえってストレスになります。買い物など普段の生活で歩くことを増やす。意識して階段を使うといったところから始めてみましょう。



就寝の1～2時間前に、ぬるめのお湯に10～15分程度つかることを意識しましょう。深部体温を高めることで睡眠の質を高める効果が期待されます。



令和8年度提供会員養成講習会

開催日	場所	時間	講習内容
7月1日(水)	しゃるる ボランティア室	9:00~10:00	栗山町の子どもの現状と課題
		10:00~12:00	子どもの栄養と食生活
7月2日(木)	子育て支援センター	13:00~14:30	身体の発育と病気
7月3日(金)	しゃるる ボランティア室	9:00~10:00	保育の心
		10:00~11:00	心の発達
		11:00~12:00	児童虐待と社会的養護
7月6日(月)	子育て支援センター サークル室	9:00~10:00	子どものお世話
		10:00~12:00	子どもの遊び
7月7日(火)	しゃるる・中ホール	9:00~12:00	救命救急講習会
7月8日(水)	子育て支援センター	9:00~11:00	事業を円滑に進めるために

講習会の内容は日常の子育て孫育てにも役立つ内容になっています。関心のある講座だけ受講することもできます。

※参加申し込みは6/26(金)迄

※お問い合わせもお待ちしています。

申し込み・問い合わせ先 ファミリー・サポート・センター ☎0123-72-1280

令和8年度行事予定

救急救命講習会(提供会員養成講習会での開催)

7月7日(火) 総合福祉センターしゃるる 中ホール

9:00~12:00 申し込みは6/26(金)迄

交流会「わいわい夏まつり」

8月1日(土) 子育て支援センター

※詳細は7月のくりサポ便りにてお知らせします

交流会「わいわいクリスマス」

12月上旬の予定 総合福祉センターしゃるる

※詳細は11月のくりサポ便りにてお知らせします

第1回 提供・両方会員交流会のお知らせ

令和8年度の事業内容をお知らせし、提供会員さん同士の交流を深めようと思います。ご都合を合わせてご参加下さい。

日時 令和8年5月28日(木) 10:00~11:00

場所 総合福祉センター しゃるる ボランティア室

※参加の有無を5/25(月)までにメールでお知らせください。

提供会員になりませんか

栗山の子育てを頑張っている家族を、縁の下の力持ちになって応援しませんか!!

「最近、子育て支援ってよく耳にするけど、何かできることあるのかしら…」そんな気持ちをファミリー・サポート・センターで生かしてみませんか。ファミリー・サポート・センターは子育ての応援をしたい人(提供会員)とお手伝いしてほしい人(依頼会員)をつなぐ場所です

提供会員に関心はあるんだけど、何をしているのか分からない私で大丈夫かしら? まずはご連絡をください託児施設(子育て支援センター)の見学もできます

こんなことしています一緒に楽しく活動してみませんか

託児・送迎だけではなく、会員の子ども達と一緒に夏まつり・クリスマス会を楽しんだり、講師の先生を招いての勉強会(スキルアップ講習会)なども行っています。



託児



託児



託児



勉強会
(スキルアップ講習会)



いざという時に役立つ
救急救命講習会



夏まつり
流しソーメン



クリスマス会

提供会員資格 栗山町在住、もしくは栗山町内に勤務地がある20歳以上の男女
提供会員養成講習を受講修了することが必要です

提供会員養成講習会受講料 無料 *受講時の託児あり(無料)
講習会は全講座受講だけではなく、関心のある講座のみの受講もできます

問い合わせ先 栗山町ファミリー・サポート・センター
(子育て支援センター内)

0123-72-1280 月~金 8:30~17:15