



## 活動の様子

双子を出産したAさんは、産後のサポート(夢サポ)を生後3か月から利用しました。その後、子育て支援(ファミサポ)に依頼会員として登録しました。

子育てを応援してくれる協力会員のBさんは、子どもたちと遊んだり、入浴の時の着替えや授乳、寝かしつけなどのサポートをしています。今回は、それぞれの会員にコメントをいただきました。



### ★依頼会員 Aさんのコメント★

新生児訪問の際に、保健師さんから産後ケアの一環で簡単な家事や育児の支援をしてもらう「夢サポーター(夢サポ)」を紹介してもらいました。夢サポは、回数制限があり、私の体力も少し回復したので、育児メインの「ファミリーサポートセンター(ファミサポ)」を利用しました。

制度が変わっても同じサポーターに依頼できたことで、子どもも人見知りすることなく懐いています。保育も的確で、何より子どもを安心して任せることができます。

普段は子どもにつきっきりですが、サポートのある日は、子どもを任せて家事に専念できるし、協力会員と話すことで自分自身の息抜きになっているように思います。

### ★協力会員 Bさんのコメント★

定年まで仕事をし、退職後に空いている時間を、子育て支援に関わる活動ができればと入会しました。

私の子育ての時は、2人の息子を育てながら仕事を続けることは公的制度が整っておらず大変でした。子育て中の方が仕事をしながらストレスをためずに子育てもできるように、これまでの経験を生かしてサポートできるのではないかと思います。

入会して、依頼会員にはたくさんの利用者や様々な理由があることを知りました。依頼会員の「ストレス軽減」「ゆったりと子どもに関われる」支援ができた、子どもたちが喜んでくれたりすると「子どもたちの健やかな成長を感じながら、依頼会員の喜びにつながる」と私自身も嬉しくなります。



### これから依頼会員になる方へ

ファミサポは、回数制限もなく、誰もが利用しやすいと思います。

依頼会員と協力会員が直接やり取りするため、お互いの信頼関係のもとに成立しています。

近くに頼れる方がいない方などは、育児を協力していただけるのでおすすめです。

### これから協力会員になる方へ

大切なお子さんを預かるには、依頼会員に安心していただくことが第一です。年数回実施される「子育て支援講座」で子どもとかかわるポイントを再確認することも多く、活動する上でとても役に立っています。コロナ禍でも体調管理に気を付けて、困った時はアドバイザーに相談しました。

リタイヤした時間を満喫しながら、定年後に社会とつながる接点となっています。

依頼会員と協力会員が子どもを一緒にお世話している様子は、まるで家族のようでした。取材協力ありがとうございました。(アドバイザー)

※「ファミリーサポートセンター」(ファミサポ)：子育てを助けてほしい人と助けたい人が会員登録し、相互援助を行う仕組みです。

※養育支援訪問事業「さんだっ子幸せ・夢サポーター」(夢サポ)：産前産後、保護者がケガや病気の時などに利用者宅で家事・育児の支援をします。

※関心のある方は、「さんだファミリーサポートセンター」でホームページをご覧ください。

# 三田市社協子育て支援講座

6月15日(水)  
「幼児の食事の基本と食事を安全に楽しむ知識」  
イー・ライフ・サポート 黒木 真知子さん



6月24日(金)  
「コロナ禍での子育てのサポート」  
にこ助産院 岡崎 智津美さん



6月28日(火)  
「いざという時のAED」  
三田市消防本部 西本さん 枝松さん



7月6日(水)  
「子どもに起こりやすい事故の予防と応急手当」  
赤十字幼児安全法指導員 大橋 美奈子さん



協力会員の皆さんは、子どもを安全に預かるために熱心に講座を受けられていました。

ファミリーサポートセンターでは、9項目の講座を年間2回に分けて開催しています。  
講座受講者には、「講習会のあゆみ」に貼る受講証明書を発行しています。  
今回の講座で、2名の方が9項目24時間講習を修了しました。  
皆さんもぜひ、講座を受講してみてください。

7月14日(木)  
「心の発達とその問題」  
川西こども家庭センター 浅田さん 中島さん  
チャッピーサポートセンター 杉山さん



北欧風

## サプリーダー企画 ファミサポ交流会 「クラフトテープでバスケットづくり！」

令和4年7月13日(水) 令和4年7月19日(火)

クラフトテープの  
かご完成品



PPバンドの  
かご

<参加者の声>

- 子どもを託児サポーターに預けて、ゆっくりとバスケットづくりを楽しめました。(依頼会員)
- お互いの作品を見ながら交流のひと時を過ごしました。(協力会員)
- お土産のPPバンドのかご作りキットは夏休みに子どもと作ります。(依頼会員)



# サブリーダーだより HOT! ホット



\*このコーナーはサブリーダー(地域リーダー)が作成しています。

## 各地の郷土料理

ふるさとのお雑煮や食べ物、場所によって特徴があります。お子さんと一緒に思い出話をしてみてください。お正月に「我が家の雑煮」を作ってみてはいかがでしょうか。

ここでは、サブリーダーから集めた郷土料理の情報を掲載しています。(諸説ありますが…)

### 山梨県の「ほうとう」

実家では、秋から冬にかけて夕飯はほぼ毎日、「ほうとう」を食べていました。

「ほうとう」とは、手打ちの平うどんの味噌煮込みです。かぼちゃ、キノコ類(何種類も)、里芋、大根、人参、揚げなど季節の野菜たっぷりの味噌煮込みうどんです。

夕方になると祖母が1メートル四方の麺台で麺打ちして機械で麺を切っていました。

出汁は、煮干して丸ごと食べていました。



### 三田の名産

#### 「三田ウドの酢味噌和え」

ウド1本の皮をむき4cmの短冊切りにし、酢水につけてあく抜きをする。水を切り、酢味噌(味噌大さじ2、酢/砂糖大さじ1、みりん小さじ1)とあえる。皮は、きんぴら、葉は天ぷらに…



### 島根県・鳥取県の雑煮

あずき汁で作る雑煮で、見た目はぜんざいようですが甘さ控えめ、あっさりしています。

煮・丸餅  
小豆汁

煮・丸餅  
味噌仕立て

焼・角餅  
すまし汁

煮・角餅  
すまし汁

### 尾道の雑煮

あなごの白焼き、金時人参、大根、里芋、しいたけ、水菜、かまぼこ、焼き丸餅が入った豪華な雑煮です。

煮/焼・丸餅  
すまし汁

煮・丸餅  
すまし汁

### 香川県のあん餅雑煮

白味噌仕立てにあん餅と大根、人参、里芋などが入ります。青のりをかけてどうぞ!



### 長崎県の雑煮

母が長崎出身で、煮干しと昆布、かつおで出汁をとり、すまし汁に焼いた丸餅や煮しめの人参、ごぼう、レンコン、里芋、こんにゃくなどを子どもたちが食べやすいように薄く切って入っていました。



### 近畿地方の雑煮

煮た丸餅と白味噌仕立ての汁に大根が入っています。所によっては人参が入っているとところもあります。食べる直前に花かつおをふわりと盛ります。すまし汁のところもあるようです。

### 五島列島「かんころもち」

さつま芋を薄くスライスして蒸して、干芋にしたものともち米と一緒に蒸して、うすでついたもの。半円状にして冷やし好みの厚さに切ってトースターで焼いて食べます。

### 徳島県鳴門市「ゴマ砂糖」

一般的には、赤飯に「ゴマ塩」をかけますが、鳴門市で赤飯を買うと「ゴマ砂糖」がついてきます。白ごまを擦ったものに砂糖を混ぜたものです。味はおはぎのようです。昔、鳴門に塩田があったことが関係しているとか…

### 三田市 「黒豆とごまめの揚げ煮」

三田市十倉では、お正月やお祭りに作られる料理です。

#### 「よねまん」

年末の誓文払い(現在のあきんど祭り)には、期間限定の「よねまん」が登場します。子どものころよく食べていた思い出の味です。



# 会員状況

令和4年 10月末現在 (名)

地区名	依頼	協力	両方	合計
三田	84	21	15	120
三輪	96	48	12	156
広野	21	14	2	37
小野	7	6	0	13
高平	6	6	1	13
藍	20	28	2	50
本庄	3	3	0	6
ワーカー	141	81	13	235
ウディ	330	132	52	514
加チャー	25	11	1	37
市内在勤	15	0	0	15
計	748	350	98	1,196

# 活動状況

令和4年 10月末現在 (件)

内 容	計
保育施設の開始前、終了後の預かり	77
保育施設までの送迎	249
放課後児童クラブ終了後の預かり	136
学校の放課後の預かり	46
きょうだいの学校行事などの預かり	0
保護者の外出のときの預かり	0
登校前・児童クラブ前の預かり	2
子どもの習いごとの送迎	487
保育所・学校などの休みのときの預かり	18
保護者の病気、その他急用時の預かり	13
保護者の短時間・臨時的就労時の預かり	10
その他	62
合 計	1,100

## <活動上のおねがい> ~新型コロナウイルス感染予防のために~

- ・援助活動前に検温など体調確認をお願いします。会員ならびに家族に体調不良・発熱などの症状がある場合は活動をお控えください。その場合、活動がキャンセルとなることもあります。ご理解をお願いします。
- ・活動時は手指消毒、うがいをしてマスクの着用をお忘れなく。
- ・預かり場所はこまめに換気をしましょう。

## ファミサポ体験保育ドレミ

ファミリーサポートセンターの協力会員に体験的にお子様を預けてみませんか？  
未入会の方は、当日入会登録もできます。



日 時：1月27日（金） 10：00～12：00  
場 所：ウディタウン市民センター プレイルーム  
対 象：保護者 市内在住・在勤のどなたでも 子ども 生後6か月から就園前  
参 加 費：子ども1人500円  
定 員：4名（先着順）  
申込期間：1月5日（木）～19日（木）  
申し込み：保護者の名前、子どもの名前と年齢、電話番号を下記までメール又はFAXにてご連絡ください。

社会福祉法人 三田市社会福祉協議会

## さんだファミリーサポートセンター

〒669-1546  
三田市弥生が丘1-1-2 サンフラワービル2F  
三田市多世代交流館内 シニア・ユースひろば

TEL 079-559-8996 FAX 079-562-8424  
Eメール famisapo@sanda-shakyo.or.jp  
開所時間 9:30～17:30  
(月、祝日 12/28～1/4は休み)



### ★センターよりお願い★

所在地不明の場合は、退会となることがありますので、住所・電話番号等の変更は、必ずセンターにご連絡をお願いします。