

子どもといっしょに！ 野菜を育ててみませんか？

作物を作ることは子どもの心を育てることにもなります！



夏野菜のなかでもとりわけ人気の高いトマト。

夏の太陽を浴びて育った真っ赤な実は「トマトが赤くなると医者が青くなる」ということわざがあるほど栄養がたっぷり詰まった優良野菜です。

初心者でも失敗が少なく、ベランダでも育てやすいミニトマトからはじめてみませんか。花が咲いてから1ヶ月ぐらいで収穫できます。子どもも徐々に大きく赤くなっていくトマトに、ワクワクしながらお世話してくれるのではないのでしょうか。

【用意する物】

- ・ 深めのプランター
- ・ 野菜栽培用の土
- ・ 苗（鉛筆ぐらいの太さの茎がよい）
- ・ 支柱



【ポイント】

- ・ 風通しの良い日の当たる場所で育てましょう。
- ・ 実が重くなるのでたおれないように支柱を組んで結びましょう。
- ・ 水やりは控えめに。やりすぎると実が割れてしまいますよ。



♪収穫～お弁当に大活躍♪



センターからのおねがい

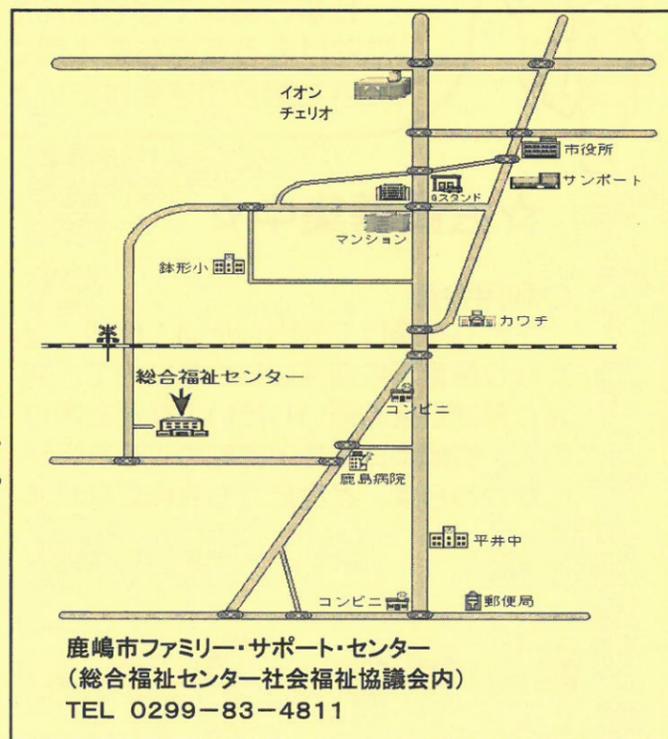
住所や電話番号など登録内容に変更のある会員さんは、お手数でもセンターまでご連絡をお願いします。



4月から坂井・岩崎がアドバイザーとなりました。

皆さんのお役にたてるよう努力しますので、よろしくお願いします。

センター受付時間
月曜日～金曜日
8時30分～17時30分
(土曜・日曜・祝日・年末年始は休みです)



ファミリー・サポート・センター

第43号
2017年6月1日発行

発行/鹿嶋市ファミリー・サポート・センター(社会福祉協議会内) 〒314-0012 鹿嶋市平井1350-45 TEL/FAX 83-4811

学習会を開催しました！！

『ヨーガでリラックス』
～心と体をほぐしましょう～

平成29年2月25日(土)
鹿嶋市総合福祉センター 娯楽室



講師

城間 勝子 さん



～ヨーガのポーズでリラックス～



～別室での託児風景～

今回の学習会では、ファミリー・サポート・センターの協力会員でもあり、日本ヨーガ療法学会認定のヨーガ療法士の城間さんを講師に招きました。城間さんは、かしま灘学習塾やレイクエコーなどでヨーガ教室を開催したり、福祉施設などでヨーガ指導のボランティアをされています。

学習会の内容は、体幹を鍛えるポーズを中心に実技指導を交えて約1時間30分のヨーガ体験を行いました。

参加者からは、「リフレッシュ出来てうれしかった。」「こどもを預けられて、幸せな時間でした。」など充実した時間を過ごせたとの意見を多数聞く事ができ、今後も定期的な開催や親子ヨーガを開催してほしいとの要望もありました。

子育て中の母親たちにとっては、リフレッシュする事や親子で楽しくふれあえる時間が、心や体のエネルギー源になる事を実感する学習会となりました。



子育て講座参加者募集!

鹿嶋市ファミリー・サポート・センターでは、子育て講座を開催します。
この講座に参加して、家庭内での事故やケガ、身にふりかかる災害や防犯の知識を習得してみませんか?ぜひ、皆さんの参加をお待ちしています。

第1回 7月7日(金)
「防ごう!家庭内の事故とケガ」
～こどもの家での事故予防とケガの対応～
講師 保健師 飯島 清美子さん(鹿嶋市少子化対策室室長)

第2回 7月14日(金)
「守ろう!こどもの身の安全」
～防災と防犯・交通安全の心構え～
講師 鹿嶋市交通防災課担当職員

時間:両日とも10:00~12:00(受付9:30~)

場所:鹿嶋市総合福祉センター 集会室

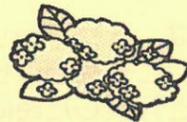
○参加費無料(定員30名)
○託児を希望される方は申込時にお伝えください。(先着5名)

6月30日(金)までに、センターへTEL・FAX(83-4811)または、
Eメール(k-shakyo@sopia.or.jp)(希望日・住所・氏名・連絡先・託児の有無と人数を記入)にてお申込みください。



子どもを安全にお預かりするために
必要な講習です!!

会員数



利用会員・・・202名

協力会員・・・148名

両方会員・・・40名

合計・・・390名

(平成29年3月31日現在)

活動依頼

ベスト3

1位 学童保育の迎え及び帰宅後の預かり

2位 保育所・幼稚園の登園前の預かり及び送り

3位 学校の放課後の預かり

活動件数合計 706件

活 動 の 中 か ら

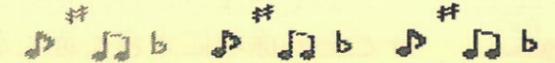


利用会員
Y・Aさん

私は、仕事上のスキルアップを目指し資格取得のために水戸まで通っていました。

帰りの時間が不規則になることで、娘の保育園の迎えをどうしようかと悩んでいたとき、以前、食育講座で知り合ったファミサポ会員さんの事を思い出しました。利用の申込みをしましたが、人見知りか激しい子であり迷惑をかけてしまうのではと心配でした。しかし、事前打合せで、協力会員さんの雰囲気を知ることができたことで、娘も安心して楽しく過ごせた様子でした。

自分にとって有意義な時間を持つことができたのも、協力会員さんのおかげです。ボランティアの域を超えた優しい人柄に感謝しております。



両方会員
T・Tさん

第1子が生まれた頃、実家が遠方で頼れないため、もしもの時に預けられるように、また、保育士の資格が有るので、仕事はまだできないけれど自宅でならサポートできるかなと思い鹿嶋市ファミリー・サポートセンターの両方会員に登録しました。

それから利用の縁がないまま、また出産、仕事と時が経ち、子どもたちが小学生になった頃、サポートの依頼がありました。仕事をしながらできるかな?と思いましたが、誰かのお役にたてるのであればと、引き受けることにしました。

我が家の子どもたちと同じ小学校に通うお子さんの放課後預かりだったので、子ども同士も大喜び、当日はもちろん、前日から楽しみで、何をして遊ぶか計画をたてていました。

仕事の関係で移り住んだ子育て中の核家族も多いので、お互いに助け合う気持ちを大切に、また、サポートの依頼があれば、できる限り引き受けたいと思います。



☆会員募集中☆

○利用会員

子どもを預けて外出したい!仕事で遅くなり保育園に迎えに行けないので、迎えと預かりをお願いしたい!などお困りの人、鹿嶋市に在住・在勤の人なら性別にかかわらず、どなたでも会員になれます。

○協力会員

子どもの預かりをしてくれる人、時間などは、自身のあいている時間で構いません。もう一度、子育てをしてみませんか。市内在住で育児や保育に理解と熱意があれば資格などは必要ありません。

