



新型コロナウイルス感染拡大に伴い、講座・交流会が中止・延期となる場合があります。
開催情報については、事前にご確認ください。

新年あけましておめでとうございます

新型コロナウイルス感染症も、一時の感染状況からすれば感染者数も減少傾向が続いていますが、これから冬本番を控え、まだまだ気は抜けない状況です。

このような中でも、援助会員の皆さまには感染対策に気をつけていただきながら安全に活動して頂き
依頼会員さんは心強く感じておられることと思います。

行事につきましては、コロナ禍で昨年は開催出来ない行事も多かったのですが、感染対策に気をつけ
ながら出来る行事が増えてきましたので、みなさまのご参加をお待ちしています。

本年も皆様にとって素晴らしい1年になりますよう、アドバイザー一同お祈り申し上げますと共に
本年もどうぞよろしくお願いたします。

会員交流会

令和3年10月31日(日)



～ ようこそハロウィンパーティーへ ～ サポートやお 多目的ホール

開催出来るのか？感染対策はどうしようか？…アドバイザーも色々考えながら
の開催でした。昨年同様、多数のキャンセル待ちが出るほどの申込がありました。
久々に子どもの明るい笑顔を見て嬉しかったです！！



みんなで“ブワブワたまおとし”作り
簡単だけど、以外におもしろい^-^-/

♡ 仮装でパーティーに来てくれた子どもたち ♡



全員をご紹介出来ず
とても残念…
参加してくれて
ありがとう



撮影ブース内は家族限定につき、子どもはマスク無しで撮影しました。

お正月運動不足解消 おやこ体操

アロマヨガインストラクターの島川晴美先生に親子で簡単に出来るヨガの紹介をお願いしました。「お正月に少し美味しいものを食べ過ぎてしまったかも…。」そんな時に是非、チャレンジしてみてもは。

《島川先生からのコメント》

晴ル蒔※ヨガ&アロマ（ハルマキヨガ&アロマ）の島川 晴美です。

クリスマス・お正月とイベントが続き、たくさん美味しい物を食べられたのではないのでしょうか？

美味しい・楽しい・うれしいと思いつつ、気になるのが体重と体調、運動不足ですね。

今回はお正月の運動不足を解消する親子で簡単に出来るヨガのポーズ、運動をご紹介します。

(1) バードドッグ

1. 右脚を上げて
2. 左手を上げます
3. 上げた左手を相手の方に乗せます
4. 30秒くらいキープ
5. 脚と手を下ろしたら反対もやってください



注意ポイント：

脚は腰の高さ、肘は曲がらないでまっすぐにしましょう

お腹、お尻に効果のあるポーズです

相手に手を乗せる事で安定しますのでお1人でするよりは簡単です

(2) 体側ストレッチ

1. 真ん中に1人座ります
2. 両サイドに2人座ります
3. 真ん中に座った方は両手を外側に向けます
4. 両サイドの方は外側の腕を上げます
そして真ん中に座った方の手のひらに合わせます
5. ゆっくり呼吸して30秒キープします
6. 終わったら反対側も行ってみてください



手を挙げた方の体側が伸ばされてとても気持ち良いです

※2人でされる場合はお互いの外側の腕を上げ、手のひらと手のひらをあわせてください

とても簡単なのでぜひご家族でやってみてくださいね

★絶対に無理をしないでください！気持ち良い範囲で行ってください。

（島川先生による子育て交流会「アロマヨガ」を2月開催予定です。興味のある方のご参加お待ちしております）



講座・交流会の予定です

全ての講座のお申込みができますので、参加希望の方は早めにお電話でお申込みください。

コロナ感染対策として募集人数に制限があり、ご希望の講座は早めにお申込みください。

また来館時にはマスク着用と体温を測って頂く事が必要となります。

<必修研修講座>

援助、両方会員の方に1年間(4月～翌年3月)で1講座を受講していただきます。未受講の場合、休会となり援助活動は出来ません。また、センターより各会員の方へ個別連絡はいたしませんので掲載の講座内容・日時を確認し、各自お申込みください。

| 日 程 | | 内 容 | 時 間 | 備 考 |
|-----|----------|----------------|-------------|-----|
| 1 月 | 27 日 (木) | 家庭における乳幼児の事故防止 | 11:00～12:00 | ★ |
| 2 月 | 16 日 (水) | 子どもへの応急手当訓練 | 10:00～11:00 | ◎ |

◆ 令和4年度

| | | | | |
|-----|----------|-------------|-------------|---|
| 4 月 | 20 日 (水) | 子どもへの応急手当訓練 | 10:30～11:30 | ◎ |
|-----|----------|-------------|-------------|---|

備考 【★ 事故防止】【◎ 救急】厚生労働省より「少なくとも5年に1回は受講する事」と通達された講座

<講座・交流会>

| 日 程 | | 内 容 | 時 間 | 備 考 |
|-----|----------|--------------------------|-------------|-------------|
| 1 月 | 19 日 (水) | 子育て交流会「ファミサポ広場」 | 10:00～14:30 | 2部制 |
| 2 月 | 10 日 (木) | 子育て交流会「アロマヨガ」 | 10:00～11:00 | 一時保育なし |
| | 25 日 (金) | フォローアップ講座「アロマ マスクスプレー」作り | 10:00～11:00 | 一時保育なし |
| 3 月 | 5 日 (土) | 子育て講座「親子で英語に親しもう」 | 11:00～12:00 | 1才～ 就学前児 |

<更新講座>

今年度、更新講座を受けて頂く援助会員の方

2月末にセンターより案内をお送りしております。返信ハガキにご記入頂いた日時に来所ください。

持ち物：写真2枚(免許証サイズ 縦3cm×横2.5cm) ・ 認印 ・ 身分証(住所を確認させていただくため)

・ 8回目 1月27日(木) 10:00～11:00 ・ 9回目 2月16日(水) 9:00～10:00



大切な
お知らせ

令和3年度の必修研修・更新講座が未受講の援助会員の方は、本案内のいずれかの講座を必ず受講して下さい。

4月からの援助活動継続や依頼をする事が出来ません。

ご不明な方は、センターへお問合せください。

《開催場所》全ての講座の開催場所は「サポートやお」となります。

開催の変更等については八尾市社会福祉協議会ホームページからも確認できます。

⚡ 八尾市に気象警報が発令されている場合、講座などは中止になります。

来館前に必ず確認をお願いします。

社協ホームページ





おしらせ・おねがい



前回のファミサポ通信 9 月 1 日号で、「新型コロナウイルス感染拡大防止のためのお願い」を同封させていただきましたが、これからの時期は、インフルエンザなど新型コロナウイルス感染症以外の病気が流行する可能性があります。

今一度、ファミサポの活動をご理解いただき、ご不便を感じることもあるかと思いますが、皆様の健康と感染拡大防止のため、ご協力をお願い致します。

～お互いさまのころ～

- ☺ 活動前に体調がすぐれないと感じたら、無理をせず利用・活動を控えてください。
今までの「これくらいなら大丈夫」「断ったら困るだろうし…」の意識を変えましょう。
- ☺ 活動中に新型コロナウイルス感染症やそれ以外の病気に罹患した場合は、ファミサポ補償保険の対象外です。
双方の合意の上で成り立つ活動である事をご理解ください。
- ☺ 活動中や活動当日は、連絡が入ることがあるかもしれません。すぐに連絡が取れるようにしておいてください。
連絡がつかない場合には、センターより緊急連絡先や職場にかけさせていただく場合もありますので、ご了承ください。
- ☺ お互いに急なキャンセルが入る可能性があることもご理解ください。キャンセルする場合は、速やかに相手へ連絡し、センターにその旨をお知らせください。

急なことでご迷惑をおかけする事もあると思いますが、もしもの時のことを考えて今一度、緊急時の対応について、ご家族で話し合ってくださいようお願いします。



依頼会員のみなさま

4 月から新しい依頼をお考えの方・以前、援助会員を紹介し活動された方でも、活動内容や利用されるお子さんが違う場合は、再度事前打ち合わせが必要なケースもあります。また依頼内容や、援助会員の活動出来る状況など多数の理由により、依頼全てに対応できない状況です。

依頼をご希望の方は、早めに必ずセンターにご相談ください。

また、サポートを終了される場合も、援助会員・センターに必ずご連絡ください。



子育てが少し落ちついてこられた依頼会員さんは“両方会員”として活動してみませんか？

活動していただくためには、援助会員養成講座(毎年 5～6 月/10～11 月)の受講が必要となりますが、支援する側はもちろん、子育て中の方にも参考になる内容となっていますので、ぜひご検討をお願いします。お子さんがいても出来る活動もあります。少しずつでも活動の幅を広げていただけたらと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

依頼会員 727 名・援助会員 274 名・両方会員 45 名 計 1,046 名

令和 3 年 12 月 1 日現在

【お申込み・お問合せ先】 八尾市社会福祉協議会 やおファミリー・サポート・センター

TEL: 072-924-3657 メールアドレス

FAX: 072-925-1161 yaofamisapo@gmail.com

