

## 令和5年度活動報告

### \*講習会 (前期5月・後期10月)

それぞれ4日間10講座の講習を行いました。提供会員5人、両方会員1人の入会がありました。講座によっては既会員にもご参加いただきました。

### \*交流会①王鷲美穂さんの料理教室 (7/1)

#### 夏バテ予防に効く夏野菜レシピ

- ・おいなりニラ餃子
- ・とうもろこしご飯
- ・夏野菜と豆腐の香味サラダ



料理教室

### \*ファミサポひろば (7/13) (依頼会員登録会)

親子でふれあい遊びをした後、保護者の方は入会手続き、子どもたちは提供会員に遊んでいただきました。依頼会員6人が入会しました。

### \*交流会②「体組成測定とシェイプアップ体操&リラックスストレッチ」(9/21)

## 令和5年度活動実績

### \*活動件数 (R5年度)

1年間で1,431件のサポートを行いました。月平均119件になります。



### \*会員数 (R6.3/31現在)

依頼会員	提供会員	両方会員	合計
418人	289人	62人	768人

## 令和6年度 上田市ファミリー・サポート・センター年間行事予定

開催日	時間	内容	場所	定員	託児
5月23日(木)・24日(金) 27日(月)・28日(火)	13:00~15:30	前期講習会 *詳細は社協ホームページをご覧ください。	ふれあい福祉センター 3階 訓練室	20人	先着3人
7月11日(木)	10:30~11:30	ファミサポひろば(登録会・親子で遊ぼう)	ふれあい福祉センター 3階 訓練室	6組	(予約制)
9月24日(火)	10:00~11:30	第1回交流会 体組成測定と健康体操(予定)	ひとまちげんき健康プラザ	20人	なし
10月17日(木)・18日(金) 21日(月)・22日(火)	9:30~12:00	後期講習会 *詳細は社協ホームページをご覧ください。	ふれあい福祉センター 3階 訓練室	20人	先着3人
11月12日(火)	13:00~14:30	第2回交流会 アロマクリーム作り	ふれあい福祉センター 2階 大会議室	15人	先着3人
12月20日(金)	10:00~12:00	フォローアップ研修会 (内容未定)	ふれあい福祉センター 2階大会議室	20人	先着3人
3月7日(金)	10:00~12:00	提供会員情報交換会(ファミサポカフェ)	ふれあい福祉センター 2階 大会議室	活動中の提供会員	

- \* 年間行事は予定ですので、変更・中止になる場合があります。
- \* 交流会・講習会・研修会はファミサポに興味がある方でしたら、どなたでも参加できます。
- \* 参加希望の方は下記までご連絡ください。

## 社会福祉法人上田市社会福祉協議会 上田市ファミリー・サポート・センター〈本部〉

上田市中央三丁目5番1号(上田市ふれあい福祉センター内)  
TEL&FAX (0268) 21-3016

### 丸子支部

丸子ボランティア地域活動センター  
上田市上丸子1600-1  
(丸子ふれあいステーション内)  
TEL (0268) 43-2566  
FAX (0268) 43-2566

### 真田支部

真田地区センター  
上田市真田町長7190  
(真田総合福祉センター内)  
TEL (0268) 72-2998  
FAX (0268) 71-5740

### 武石支部

武石地区センター  
上田市下武石742  
(武石地域総合センター内)  
TEL (0268) 85-2466  
FAX (0268) 85-2471

月曜~金曜  
9:00~17:00  
(土・日・祝日・  
年末年始は休み)

入会登録は  
要予約



# 上田市 ファミリー・サポート・センター通信

## ファミリー・サポートセンターを利用してみませんか?

会員となり、子どものお預かりや送迎等、子育ての助け合いをする会員組織です。

子どもを少しの間、預かってもらえないかな?



子どもを預かったり、送迎をしたりできるよ。



### 依頼会員

#### 子育ての手助けをしてほしい人

【会員条件】上田市在住又は、上田市内に勤務で、小学校卒業までのお子さんがいる方

【サポート対象】生後3か月から小学校卒業まで

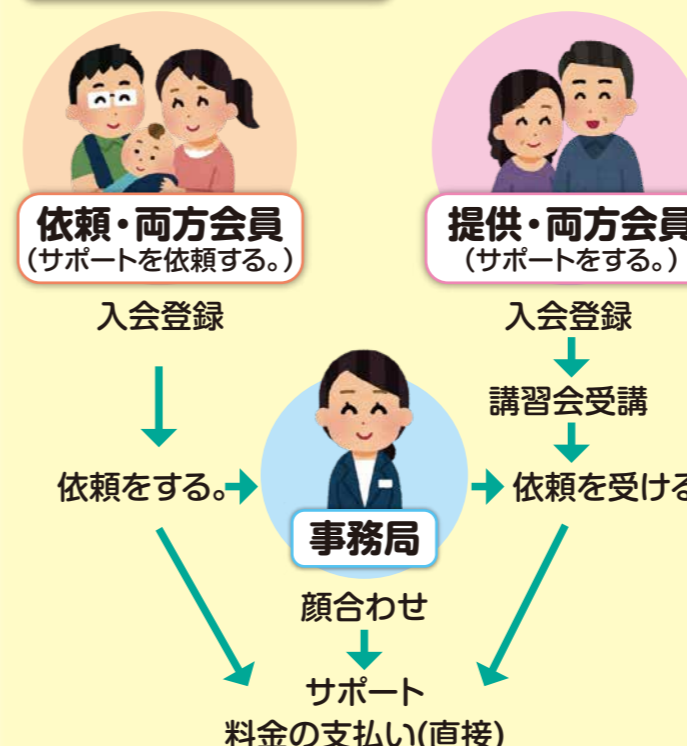
### 提供会員

#### 子育てのお手伝いをしたい人

【会員条件】上田市在住で心身ともに健康で子育て支援に理解があり、子どもの預かりや送迎ができる方  
※資格の有無や性別は問いません。

どちらも希望する場合は **両方会員** として登録ができます。

## しくみと活動の流れ



## 利用料金

月曜日~金曜日(平日) 午前7時~午後7時	1時間あたり 600円
上記以外の場合	1時間あたり 700円

## 入会するには

ファミリー・サポート・センター本部または、支部で登録手続きを行います。随時、受付けていますので、まずはお電話ください。

### 【持ち物】

- ・本人確認できるもの (免許証やマイナンバーカード等)
- ・証明写真2枚 (免許証等のカラーコピー可)

詳しいサポート例は次のページをご覧ください!

こんなサポートを  
しています

# ファミリー・サポート・センター

## 両方会員さん同士の 助け合い

両方会員Bさん  
(提供)

預かりますよ。  
うちの子と年齢が  
近いので、楽しく  
過ごせると  
思いますよ。

両方会員Aさん  
(依頼)

上の子の  
卒園式の時、  
下の子を預かって  
もらえますか？



### Aさんの声

子どもの行事で、姉弟のうち1人を預けたいと思う機会が増えてきて、同じ様に悩むママと助け合えたらと思い、両方会員になりました。Bさんのお子さんと我が子が楽しく遊べて、安心して預けられました。また、子育て中のママと繋がれて嬉しいです。



### Bさんの声

子どもたちの年齢が近く、「初めまして」なのに友達と遊ぶ感覚で、すぐに仲良くなり、一緒に遊んでいて安心しました。これからもお互いサポートが必要な時には、助け合ったり、友達として遊んだり仲良くしていけたら嬉しいです！

## 利用時のポイント

- ★同世代同士で気軽に話しが出来ます。
- ★ママ友・パパ友同士で入会して、お互いのサポートをすることもできます。
- ★預けたり、預かってもらったりと助け合いがファミサポの理想です。無理なく、できるときにできるサポートをお願いします。



## ママのお仕事

依頼会員  
Cさん

仕事の間、  
2時間ほど  
子どもを預かって  
もらえますか？



### Cさんの声

仕事はもちろん、歯医者などの通院時にもお願いして、私自身の生活が各段に楽になりました。本当に感謝の毎日です。今後ともよろしく願いいたします。



### Dさんの声

忙しい子育てファミリーのサポートしたいと思い、会員になりました。Aちゃんは、少しずつ慣れて、今では我が家のように過ごしてくれて嬉しいです。毎回、会えるのをとても楽しみにしています。

提供会員  
Dさん

いいですよ。  
うちで  
預かるので、  
安心してお仕事  
してください。

## 利用時のポイント

- ★お預かりは提供会員さんのお宅だけでなく、依頼会員さんの自宅や市内公共施設などでも行うことができます。(会員同士の合意があれば可能です。) ご相談ください。
- \*子育て支援センター利用の場合は、事前登録が必要です。



## 保育園にお迎え、 職場に送る

提供会員  
Fさん

お任せください！

依頼会員  
Eさん

仕事でお迎えが  
間に合いません。  
保育園に迎えに行き、  
職場まで連れてきて  
もらえますか？



### Eさんの声

仕事で、閉園の時間に間に合わないとき、保育園までお迎えに行ってもらっています。子どもは、Fさんのことが大好きで、Fさんのお迎え日を楽しみにしています。とても良くしてくれるので、私も安心してお願いできています。



### Fさんの声

最初はお迎えに行くとき泣いていましたが、2年経った今では笑顔で飛び出てきてくれ、車内ではおしゃべりが途切れません。かわいい孫のような存在になっており、毎回会えるのを楽しみにしています。

## 利用時のポイント

- ★送迎の活動は、提供会員が自宅を出て、サポートを行い、自宅に戻るまでを活動時間としてカウントします。
- ★チャイルドシートやジュニアシートが必要な場合は、ファミサポでも貸し出しを行っています。
- ★車を使った送迎の場合、ガソリン代がかかります。
  - 1 kmあたり 20 円
  - 活動が始まる前に、ガソリン代がいくらになるかお知らせします。

\* この他にもいろいろなサポートを行っています。  
サポートしてくれる提供会員が見つければ、活動成立となります。

## サポート例

- 保護者が通院する際のお預かり
- 上の子が学校行事の際のきょうだいの預かり
- 保育園や学校等への送迎
- リフレッシュのための預かり(短時間) など