ぞうさん通信

会員数
（令和7年4月15日現在）

利用会員数	2,415名
協力会員数	336名
両方会員数	169名

No. 92
2025
6/1
発行

ひとり時間で身も心もリフレッシュ！

協力会員 小藤田さん

今日はどんなお子さんがやってくるかな？
ぞうさんルームの援助を毎回楽しみにしています。
お子さんからはたくさんの元気をもらい、
ありがとうの気持ちでいっぱいです。
これからもたくさん笑ってお話ししましょうね。

利用会員 中村さん（お子さん2歳）

生後11か月からぞうさんルームを利用しています。
現在ではお迎えに行くと「いっぱい遊んだよ！」と
お話をしてくれます。
数時間でもひとり時間があると、心の余裕も全く違う
ので、子どもと離れる勇気が無いママさんにもぜひ
勇気を出して利用してみてほしいです。

かしわファミリー・サポート・センター

TEL：**04-7190-5225**
受付窓口：9:00~17:00（月曜日~金曜日）
〒277-0924
柏市風早1-2-2沼南社会福祉センター2階

編集/発行
社会福祉法人
柏市社会福祉協議会

けいれんのマメ知識

? けいれんとは?

何らかの原因で脳の異常により本人の意思とは関係なく、
一定時間身体がピクピクしたり、突っ張ったりすること。

けいれんが起こりやすい場面

- **熱性けいれん**
  発熱して、急激に体温の変化があった時
- **胃腸炎に伴うけいれん**
  ノロウイルスなど感染症にかかった時
- **泣き入りひきつけ**
  大泣きした後に、息を吐いたままの状態で
  呼吸が停止して、脳に酸素が足りなくなった時
- **熱中症**
  大量の汗と一緒に塩分も無くなった時
- **てんかん**
  脳になんらかの問題が起きている時

知っていれば怖くない！

けいれんを発見した時には!

お話を伺ったのは
横山 央江さん
東京都立病院の小児科・ICUを経験し、現在は保育園看護師として勤務しながらMFA(メディックファーストエイド)インストラクターとして救急蘇生法を広めるため活動。

Point 1 慌てない!

Point 2 安全確保

- 安全な場所へ移動させる
- 周囲の危険物(熱いもの、刃物等)を遠ざける
- 呼吸ができるよう衣類等を緩める
- タオルやクッションで頭を保護する

Point 3 どんなけいれんか 観察する

- 手足の動きは左右同じ?
- 目の動きはどこを向いてる?
  → 経過を記録
- 吐きそうになったら
  → 顔を(顔だけが無理なら身体ごと)横に向ける。
- 顔色は? ▶ 真っ青は危険です！

Point 4 けいれんが終わった後の子どもの 様子を見る

- 泣いた?
- 眠った?
- 声に反応する?

絶対にしてはいけないこと!

- 口の中にはなにも入れない
- ゆすったり叩いたりしない

迷わずに!! こんなときは救急車!

- けいれんが5分以上続く
- 短時間に何回もけいれんを起こした
- 身体の左右で違う動きをしていた
- けいれんする前に頭をぶつけていた

ファミサポでお預かりをしている際にけいれんを起こしたときは、必ず救急車を呼んでください!!

※会員の手引きに、けいれんについての事項を補足しました。詳しくはHPにてご確認ください。

10年間ありがとうございます!

1月16日に感謝状贈呈式を行い、
感謝状と記念品を贈呈しました。
これからもよろしくお願いします!

<10年表彰者>

渡会課長(子育て支援課)　関根課長
前田勝代　橋本美希　齊藤沙苗　小谷いく代　坂田真弓　石塚順子　志村亮子　児玉雅和　石井怜子　中村稚子
原田淳子　永嶋京子　植田宏美　中田みどり　小泉功任　深沢悦子　安田愛子　小西喜子　尾身牧子　根本裕子
吉田満奈子　橋本京子　今井友子(敬称略)

新体制！

地区リーダー紹介

<田中地区>
田中 真菜

<西原地区>
赤池 史子

<富勢地区>
河越 朱加

<松葉・高田地区>
北村 よし子

<豊四季台地区>
脇山 真紀

<新富・旭町地区>
青山 志保子

<柏中央・新田原地区>
加畑 和美

<富里・永楽台地区>
伊藤 まみ

<増尾地区>
清原 蛍

<光ヶ丘・酒井根地区>
田渕 直美

<南部・藤心地区>
髙木 智壽子

<風早北部・手賀地区>
藤原 孝子

<風早南部・高柳地区>
大山 裕子

退任される方

<富勢地区> 髙橋 歩
<豊四季台地区> 山本 薫
<富里・永楽台地区> 幡谷 惠子
<風早南部・高柳地区> 佐藤 妙子

♡あったかミニ劇場♡

預かり援助中、ミニカーで遊びました。
ミニカーのドアを開けたSちゃん(2歳)が
「Sも入ろっと。よいしょ、よいしょ。」
と言って、足から乗ろうとしていて
思わず笑ってしまいました。
久しぶりに会ったSちゃんは、たくさん話せるよう
になっていてびっくりしました。

ふぁみさぽクイズ

以前援助をお願いした協力会員さんに、
直接依頼をしてもいいでしょうか?

答えは最終ページ ▶

我が家の大人気レシピ

鶏肉のヤンニョム風焼き

〈協力会員さん〉佐藤さんちのごはん

〖材料(4人前)〗
- 鶏肉…２枚(鶏ももでも鶏むねでもOK)
- ☆
  - 酒…大さじ１
  - みりん…大さじ１
  - しょうゆ…大さじ１
  - ケチャップ…大さじ４
  - マヨネーズ…小さじ２
  - しお・コショウ…少々
  - コチュジャン…大さじ１

※小さいお子様や辛いのが苦手な方は入れなくても美味しく作れます

- ごま油…大さじ１

〖作り方〗
1. 鶏肉を一口大に切り、ビニール袋に入れる。
2. １の中に☆を全て入れ、揉み込む。
3. フライパンにごま油を入れ熱し、２を入れる。
4. 中火にしてフツフツしてきたら弱火にする。蓋をして５分焼く。
5. ５分経ったらフライパンを開け、中火にして水分を飛ばしタレがお肉に絡むようになったら完成。

Check

大事なお知らせ

▶利用会員にお知らせ

利用料金の支払いはその都度、もしくはその月のうちに！

協力会員は、翌月5日までに活動報告書をセンターへ提出しています。支払いが遅れてしまうと、協力会員が困ってしまいます。ご協力をお願いいたします。

▶協力会員へお知らせ

「ヒヤッとした」「ハッとした」ことはありませんか？
援助中には想定外のことが起こってしまうことがあります。事故にはならなかったけれど、少し困ってしまったこと、思いがけないことが起こってヒヤリとしたことなどがあった際にはぜひセンターにご一報ください。
今後も安心・安全に活動するために、センターで安全対策を考え、事故防止未然に努めてまいりたいと思います。ぜひ情報提供のご協力をお願いいたします。

研修会のお知らせ

① 緊急救命講習

日時　(I) 6月26日(木) 9:30~12:30
　　10月2日(木) 9:30~12:30
　　(II) 3月2日(月) 9:30~12:30
場所　(I) いきいきプラザ　2階研修室
　　(II) 沼南社会福祉センター　3階会議室
講師　柏市消防局　署員
内容　5年に1度、受講必須の大切な研修です。
　　AEDを使った心肺蘇生法や、応急処置を学びましょう!

② 安全運転講習

日時　7月14日(月) 10:00~12:00
場所　沼南社会福祉センター　3階会議室
講師　柏警察署　交通課
対象　車の運転をする方
内容　交通ルールの確認やチャイルドシート・ジュニアシートの重要性など、子どもを安全に送迎するための研修です。

両方(協力)会員大募集！

空いている時間に無理なく活動してみませんか？
お子さんと一緒に預かるのもOKです。
基礎研修会(登録会)では、看護師や保育士等の話を聞くことができます。
気になる方はぜひお問合せをお待ちしております!

アドバイザーのちょっとひといき

食べることの大好きな私は、特にパンが大好物。
毎日でも食べたいですが、絶賛ダイエット中なのでそうもいかず…。
そのため毎週木曜日に移動販売のパン屋さんが来る日だけは、
ご褒美Dayにしてパンを買って食べるのが
週に一度の至福の日なのです。
来週はどんなパンが売っているかな♪(あらい)

ふぁみさぽクイズの答え

依頼を直接お願いすることができます。
事前打ち合わせをした内容と異なる援助をお願いした場合は、利用会員からセンターにご一報ください。