



～ 会員へのお知らせとお願い ～

よろしく会員

・よろしく会員はおまかせ会員に活動をお願いした日時をセンターに報告してください。報告がないと保険の適用ができないこともあります。また、活動のキャンセルについては、分かった時点でおまかせ会員にご連絡をお願いします。

・おまかせ会員の体調不良や急な予定で活動できないこともありますので、ご了承ください。

おまかせ・どっちも会員

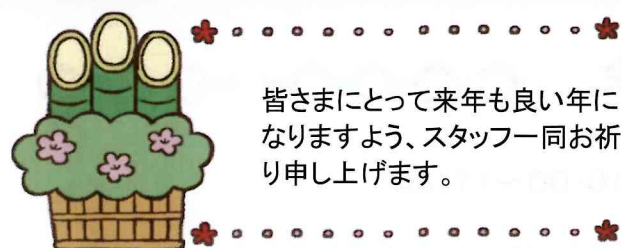
・活動終了後、翌月5日までに報告書をセンターに提出してください。万が一、支払いが済んでいない場合はセンターまでご連絡ください。

・現在の活動状況をメールや電話でお知らせいただくと助かります。

・登録票、会員証の写真の交換希望の方は、センターまでご連絡ください。

※ 報酬の申請について ※

・援助活動で得た報酬(交通費・おやつ代等の経費を除く)は雑所得となり、年間38万円を超えると課税対象となります。他に給与所得を得ている場合は、雑所得が年間20万円を超えると年末調整または確定申告の対象となります。ご不明な点は、税務署にお問い合わせください。



皆さまにとって来年も良い年になりますよう、スタッフ一同お祈り申し上げます。

ファミリー・サポート・センターの

年末年始のお休みは
2025年12月27日(土)

～

2026年1月4日(日)です。



横須賀市ファミリー・サポート・センター

〒238-0004

横須賀市小川町20番地 すくすくかん4階

TEL&FAX 046-828-8510

Email y-familysapo-to@bz04.plala.or.jp



緊急時の連絡先

携帯電話 070-6646-9172



日頃より、横須賀市ファミリー・サポート・センターの活動にご理解、ご協力いただきありがとうございます。

今年も残すところあとわずかとなりました。急激に寒くなり、例年よりインフルエンザの流行も早まっているようです。年末年始に向け、大掃除等忙しくなる時期なのでこまめに水分補給をしたり、換気や加湿をして体調を崩さないように気をつけて過ごしましょう。



よろしく会員からの お手紙紹介



我が家にとって、ファミサポさんは無くてはならない存在です。私たちは、子どもが習い事を始めるにあたり、仕事で送迎ができないため、利用を開始しました。利用にあたっては、担当してくれる方との面談があり、事前に人となりを知ることができたので、とても安心できました。

ファミサポさんにお世話になって早3年。いつも子ども達の様子を瞬時に見抜き、悩みに寄り添って下さるので、私が帰宅したときにはすっかり問題が解決されていることも多く、まさに第二の母。また、私にとっても子育ての悩みを相談することができる人生の先輩でもあります。ファミサポさんは、我が「ファミリー」を精神的にもサポートしてくれるとても心強い存在です。



よろしく会員(O・M)



妻が復職し、早朝に家を出て遅く帰る生活になりました。幼稚園のお兄ちゃんと1歳の双子がいるため、朝の準備や帰宅後すぐのお風呂・着替え、双子の食事など、父親だけでは手が回らず、サポートをお願いしています。平日の朝夕毎日という負担の大きい状態にもかかわらず、チームでスケジュールを調整しながら柔軟にご対応いただき、支えてくださっていることに大変感謝しています。

長男はいつも「30分にヘルパーさん来るから早く帰らなきゃ」「もうすぐヘルパーさん終わりの時間だよ」と言っており、ファミサポさんがいる生活が自然な日常になっています。今後とも子どもたちの成長を見守っていただければ幸いです。引き続き何卒よろしくお願いいたします。



よろしく会員 (K・Y)



フォローアップ研修会



テーマ「今の自分を知ってコミュニケーションが上手くなる」

講師：アートセラピスト 新倉 裕子先生

- ・アートセラピーインストラクター認定(株アマラント)
- ・パーソナルカラーアナリスト
- ・心理カウンセラー(日本メンタルヘルス協会)
- ・栄養士/食育指導士/調理師
- ・AFT2級カラーコーディネーター
- ・自分史アドバイザー
- ・日本茶アドバイザー
- ・認定心理士

2025年10月28日(火)すくすくかん4階の研修室に於いておまかせ・どっちも会員のフォローアップ研修会を開催いたしました。

今年度はアートセラピストの新倉先生をお迎えして、第6回目となります「アートセラピー」絵を描くことだけでなく人との会話に必要な言葉かけやコミュニケーション術を教えて頂き、楽しい時間を過ごすことができました。

「樹木画」「雨の中の人物」を画用紙にクレヨンを使って描きました。日付・タイトルを決め、隣の方とペアになり、描いた絵の説明(時期やこんなイメージで・・・等)をした後、その絵から導かれる心身の状態や今抱えている問題・テーマを読み取っていただきました。例えば、雨＝ストレス(水溜まり＝溜まった思い、涙雨＝泣きたい)等、傾向を聞くことで、自分の描いた絵を当てはめていき、自分では見えなかった今の心身の状態に気づき、驚いている方達もいらっしゃいました。

感想

絵をかいてその人の心の状態やストレスなどがわかる事を教えて頂き、なるほどなと思いました。クレパスの色の使い方などでその人の心や思いなどがわかるのはすごいと思いました。

自分を見つめ直す一つの方法を知ることが出来て良かったです。

自分で気づくことのできなかった「自分」に気づくことができ、絵が自分の気持ちをあらわしてくれるというのが印象的でした。とても楽しかったです。

自分のことをアートセラピーをすることによって知ることができた。これからの生活を見直すきっかけをつくることができた。

子育てが終わった時、空の巣症候群になったがうまく切り抜けて老年期に入れたのだと今日のお話を聞いて納得できた。泣きたい時は思いっきり涙を流したいと思った。

毎回興味深く、先生の講義楽しみに参加させて頂いています。絵心がゼロで、それだけが憂鬱でしたが、お話が解り易く、本日もこみ上げる気持ちをおさながら聴きました。



救命救急講習(AED)のご案内



厚生労働省からの通知により、おまかせ・どっちも会員は救命救急講習(心肺蘇生法・AED)の受講が必須となっています。(5年に1度再受講)

横須賀市ファミリー・サポート・センターでは2012年より救命救急講習を実施しています。

2012年以前におまかせ研修を受講された方は受講していただきますようお願いいたします。

また、おまかせ研修を受講されて5年以上経っている方も再受講してください。

(職場等で受講済みの方はセンターにお申し出ください。)

安心して援助活動できるよう、いざという時に役に立ちますので是非参加してください。

日時:2026年2月6日(金) 9:30～12:30

会場:すくすくかん4階 研修室(常葉中学校隣り 横須賀中央駅徒歩6分)

持ち物:大きめのハンカチ又はバンダナ・パンティストッキング(用意できる方)

※実技講習がありますので動きやすい服装でお越しください。

定員15名(定員になり次第、締め切らせていただきます。)

参加希望の方は電話またはFAXかEmailにてお申込みください。



地域交流会

日時:2026年3月4日(水) 10:00～11:30

場所:すくすくかん4階 研修室(常葉中学校隣り 横須賀中央駅徒歩6分)

《講師》ヨガインストラクター YUKA 先生

《持ち物》ヨガマット
(ヨガマットのご用意できない方は申込時にセンターにご連絡ください。)

定員20名