



新型コロナウイルスの出現によって、私たちの生活が大きく変わりました。ファミサポの活動も、マスクの着用や手洗いの徹底、“3つの密（密集、密接、密閉）”を避けるなど、新型コロナウイルス感染症を想定した『新しい生活様式』のもと、お互いの安全と安心を守りながらの活動となります。

会員の皆さまには色々とお不便をおかけすることもあると思いますが、ご理解ご協力をお願いします。

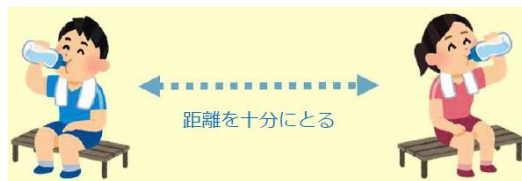
## 『新しい生活様式』における熱中症予防

気温も上がり、マスクを着用していると息苦しさを感じるようになってきました。気温・湿度が高い中でのマスク着用は、熱中症のリスクが高まる恐れがあります。例年の熱中症予防対策にプラスして、次のポイントに注意してください。



### ① ▲ 適宜マスクをはずしましょう ▲

屋外で人と十分な距離（少なくとも2m以上）が確保できる場合は、マスクをはずすようにしましょう。マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲との距離をとった上で、適宜マスクをはずして休憩してください。



### ② ▲ こまめに水分補給しましょう ▲



のどが渇く前に、こまめに水分補給をしましょう。マスクを着用している時は、のどが渇いていなくても意識的に水分補給を。1日あたり1.2リットルが目安です。汗をかいた時は塩分も忘れずに！

### ③ ▲ 2歳未満の子どものマスク着用にご注意しましょう ▲

公益財団法人 日本小児科医会では、2歳未満の子どものマスク着用を不要、むしろ危険としています。

**乳児のマスク着用にはこんな心配があります！**

- 呼吸がしにくくなり呼吸や心臓への負担になったり、マスクそのものによる窒息の恐れがある
- マスクによって熱がこもり熱中症のリスクが高まる
- 顔色、唇の色、表情の変化など体調変化に気づきにくい



© 公益社団法人 日本小児科医会

体調が悪いと感じた時は、無理せず休養しながら、これからの暑い季節を乗り切りましょう！

# 令和元年度の活動状況をお知らせします

平成31年4月1日～令和2年3月31日の活動の状況です。

## ◎ 援助活動の状況

預かり	保育園・学校お休み時の預かり	22件
	保護者の短時間就労・外出時の預かり	4件
送迎	保育園・学校への送迎	28件
	習い事への送迎	43件
	保護者の短時間就労・外出時の送迎	2件
合計（延べ）		99件



### 《預かり》

保育園等がお休みの日の預かりがほとんどですが、急な外出などのご利用もあります。

### 《送迎》

保育園、学校、塾など幅広くご利用いただいています。

## ◎ 研修会・交流会

### 《研修会》

参加者  
平成31年4月13日 提供会員研修会 5名  
令和元年10月20日 提供会員研修会 7名  
※普通救命などを学んでいただきました。



### 《会員交流会》

令和元年11月8日 クリスマス・リース作り 大人18名、子ども3名  
令和元年12月8日 ミニクリスマス・ツリー作り 大人25名、子ども18名  
※交流会は、会員以外の方にもご参加いただき賑やかな会となりました。

## ◎ PR活動



### 乳児健診の会場でファミサポをPRしました。

3つの会場で、乳児健診に訪れたお母さん、お父さんに「ファミサポを知っていますか？」と質問。

「聞いたことがあります。でも詳しい事は…」と回答された方には、ここぞとばかりにファミサポをPRしました。

ファミサポの預かりは0歳児からできることに驚く人も多く、まだまだPRが必要だと感じました。今後も色々な場所でPR活動を行い、ファミサポを広く知っていただく機会を設けたいと思います。

令和元年10月24日 佐和田行政SC  
令和元年10月29日 トキのむら元気館  
令和元年11月21日 両津公民館



新型コロナウイルス感染症予防対策の関係で実施を見送っています令和2年度の研修等は、開催日程など詳細が決まり次第お知らせします。

## ◎ 会員数（R2.5.31現在）

依頼会員 48名  
提供会員 38名  
両方会員 12名  
合計98名



トキの島ファミリー・サポート・センターでは、いつでも会員を募集しています。知人・友人などにも、ぜひご紹介ください。

### 発行:トキの島ファミリー・サポート・センター

#### 《事務局》

〒952-1292 佐渡市千種232番地  
佐渡市子ども若者課 ☎63-3126  
E-mail kodomo@city.sado.niigata.jp