

笑顔で楽しく子育て応援！

江戸川区ファミリー・サポート・センター

Vol.72

ふあみさぽ通信

依頼会員のみなさま

会員更新のご案内

依頼会員は3年に一度更新があります

依頼会員証

有効期限：
2026年
4月30日まで

依頼会員の有効期限が**2026年4月30日まで**となっています。
更新対象の方には、更新手続きのご案内を後日郵送させていただきますので、案内に従って手続きをしてください。
期限内に**更新手続きをされませんと、自動的に退会**になり、継続しての活動が難しくなる場合がありますのでご注意ください。

協力/両方会員のみなさま

再受講のご案内

ファミリーサポートでは、今回より協力/両方会員の更新が必要なくなりました。
しかし、**3年に1度ルールの確認などの再受講を受けていただくことが必須**となっています。
2025年(令和7年)12月から2026年(令和8年)4月にかけて、各地区で開催しますのでご都合の合う日程でご参加ください。

*全ての日程で要予約です。

ご案内は、後日みなさまのご自宅に郵送させていただきます。
また、現在のご自身の状況(活動可能な曜日や時間等)を何う
現況調査表も同封しますので、ご提出をお願いします。

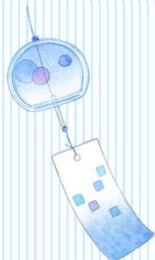
協力/両方会員さん 交流会のご案内

久しぶりに協力/両方会員の交流会を開催します！
他の会員さんの活動の話を聞ける機会となります。
楽しくおしゃべりしてみませんか？

2026年(令和8年)3月2日(月) 10:00~12:00

児童相談所はあとポート 4階 会議室 *要予約 先着25名

こちらのご案内は、再受講のご案内と同封でご自宅に郵送いたします。
みなさまのご参加、お待ちしております！



5月にサブ・リーダー会議を開催しました。
新しくサブ・リーダーになった方のご紹介や昨年度のファミサポ活動の報告を行いました。

その後、訓練用の人形とAEDを使って、救急救命の復習をしました。
普通救命講習の受講を5年に一度、消防署で取得することとしていますが、忘れていた手順も多くあり
良い復習になりました。



後半は、グループに分かれての話し合いをしました。
他の方の活動について話が聞ける貴重な機会となりました。

みなさんには、最後にアンケートに答えていただきました。
たくさんのご意見、ありがとうございました！



生まれたばかりの0歳のお子さんを安全にお預かりするための
講座です。赤ちゃんの人形を使って、抱っこやゲップのさせ方
など実技も交えて、楽しく行いました。
経験豊富なみなさんのお話も大変参考になりました。



活動の前に… 夏の活動に向けて知っておこう

熱中症の原因は暑さだけではない！

熱中症の危険度を判断し、
予防するために使われる「**暑さ指数(WBGT)**」というものがあります。

暑さ指数(WBGT)とは、……

●気温 ●湿度 ●輻射熱(ふくしゃねつ)の3つを取り入れた指標です。
※輻射熱は、地面や建物・体から出る熱のこと。

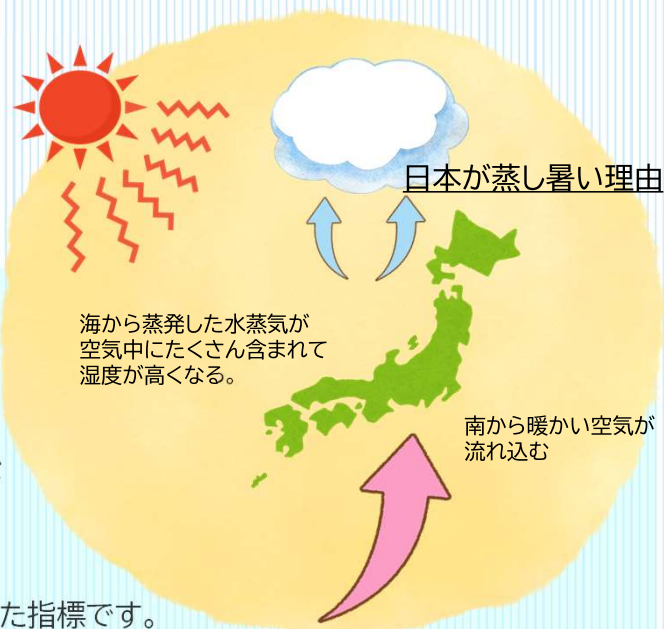
暑さ指数(WBGT) = 気温の効果:湿度の効果:輻射熱の効果 = 1:7:2

特に湿度が大きな割合を占めています。

湿度が高い場所では汗が蒸発しにくいので、身体から空気へ熱を放出しづらく、熱中症になりやすいのです。

暑さ指数が28を超えると、**熱中症のリスクが高まります**。
暑さ指数は、環境省の熱中症防止情報サイトで確認できます。

環境省 熱中症防止情報



予防するには？

- ◎ 適切な温度(25～28℃)と湿度(50～60%)
- ◎ こまめな水分補給
- ◎ 少しでも暑さや湿度に体を慣れさせる



喉が渇く前に、こまめに水分・塩分補給をして、部屋の温度・湿度に気を付けましょう。
適度な運動やストレッチ、筋トレなどじんわり汗が出るくらいの強度で行うと効果的です。
シャワーで済ませず、入浴・半身浴をすることで発汗を促します。



ファミサポの活動は小さなお子さんの利用が多く、リスクも高まります。
ご自身の体調やお子さんの体調をよく観察して、活動をお願いします。
少しでも体調に異変を感じたら、活動を中止してください。
安全な活動を心がけましょう。

会員数(2025年6月末現在)

依頼会員	協力会員	両方会員	計
1977	264	18	2259

会 員 募 集

協力会員

子育てのお手伝いをしてみませんか？

- 江戸川区に在住の方
- 心身ともに健康で、適切な援助活動のできる方
- センターの実施する協力会員入会説明会、基礎研修会を受講した方



年齢・性別は
問いません！

*未成年は不可

日 程	場 所
7月11日 (金)	はあとポート
7月30日 (水)	船堀コミュニティ会館
8月25日 (月)	はあとポート
9月8日 (月)	はあとポート
9月26日 (金)	はあとポート

保護者の代わりに送迎や預かりを行う区民の
子育て支援活動です。

説明会・研修会は**10時から16時**です。
別の日程で分けて受講することもできます。



お申込みはこちら→
またはお電話を！



依頼会員



子育てのお手伝いを頼んでみませんか？

保育施設への送迎やリフレッシュでのお預かりなどを
お願いしてみませんか？
まずは会員登録をお願いします。



① **オンライン入会** ② **郵送入会**(HP内の書類を印刷・記入してセンターに郵送)

*HP内の「依頼会員説明動画」の視聴と「援助活動の手引き」の熟読が必須です。

③ **登録説明会** *要予約！

日時：毎月第3水曜日 13:30～14:30

場所：児童相談所はあとポート 1F 子育て広場

④ **個別説明会** *要予約！

登録説明会に参加したいが、日程が合わない方は
個別でも受け付けています。お電話でご相談ください。

< いずれかの方法で登録が完了すると、センターから会員証を送付します。 >

江戸川区ファミリー・サポート・センター

〒132-0021 江戸川区中央3丁目4番18号

江戸川区児童相談所はあとポート3階

【受付時間】 9:00～17:00 (土日祝・年末年始を除く)

【電 話】 03-5662-0364

