

スキルアップ講座の様子と感想（9月～11月）

講師の先生方に来ていただき、スキルアップ講座を行いました。こどもに関する様々な役立つ情報やスキルを教えていただき、参加者の皆様も真剣に講座に聞き入り勉強になったと感想をいただきました。

また、今年度より新たに追加になった虐待防止についての内容を、沼田市こども家庭センター長 綿貫様が群馬県の状況や実際の対応等詳しく講義してくださいました。

付録では中国茶を実際にいただいたり、まつぼっくりを使ったかわいい飾りを作ったりして、参加者の皆様のリラックスした様子がうかがえました。

心の発達とその問題

講師：群馬県発達障害者支援センター
次長 井上 聡 様

- ・「ほめる回数が叱る回数の2倍になるといい」と聞き、子どもたちに日ごろ叱ってばかりだったと反省し、ほめる回数を増やしていきたいと思いました。
- ・毎日の生活の中で、障害を持った子どもでもない子どもみんなが気持ちよく過ごせるように気を付けていきたいです。



子どもの栄養と食生活

講師：利根沼田保健福祉事務所職員様

- ・子どもの栄養について資料が充実していて良かったです。栄養のある食事を心がけたいと思います。
- ・朝ごはんの重要性がよく分かり、簡単に作れるレシピがたくさんあり参考になりました。
- ・ぐんま食育ポータルサイトで塗り絵や紙芝居をダウンロードできるなど知ることができて良かったです。



【付録】 中国茶を楽しむ

講師：碓井 洋子 先生

- ・中国茶や台湾茶など普段飲むことのない色々な種類のお茶をいただけて良かったです。
- ・2,000種類以上あると知り驚きました。良い勉強になりました。



虐待防止について

講師：こども家庭センター
センター長 綿貫 様

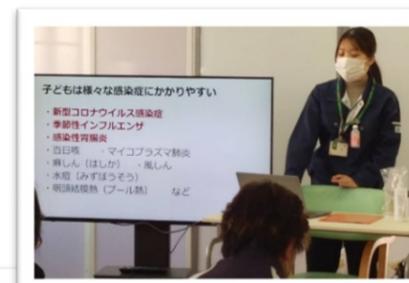
- ・今の時代の子育ての難しさや虐待防止について社会の取り組みなど詳しくわかり勉強になりました。
- ・メディアの長時間視聴はドラッグと同じくらい脳に影響を与えると知り驚きました。子供たちも毎日見ているので、時間を決めようと思いました。
- ・『頭はクールに、心はホットに』を忘れないようにしたいと思います。



小児看護の基礎知識

講師：利根沼田保健福祉事務所職員 関様

- ・手洗い、手指消毒をしっかりと、保湿もしていくことの大切さがわかりました。乾燥に気を付けて、これからの冬の感染症対策をしていきたいです。
- ・アルコール消毒と次亜塩素酸ナトリウム消毒の使い分けについてよくわかりました。
- ・手洗い実習では、UV ライトで洗い残しが実際に見ることができて手洗いの癖がわかりました。今後の手洗いにいかしていきたいです。



【付録】 まつぼっくりでクリスマスツリーの飾り作り

講師：南雲 麻衣 先生

- ・とても楽しくて夢中になり、時間が過ぎてしまうのがあっという間でした。
- ・思った以上にかわいくできて楽しかったです。部屋に飾りたいと思います。

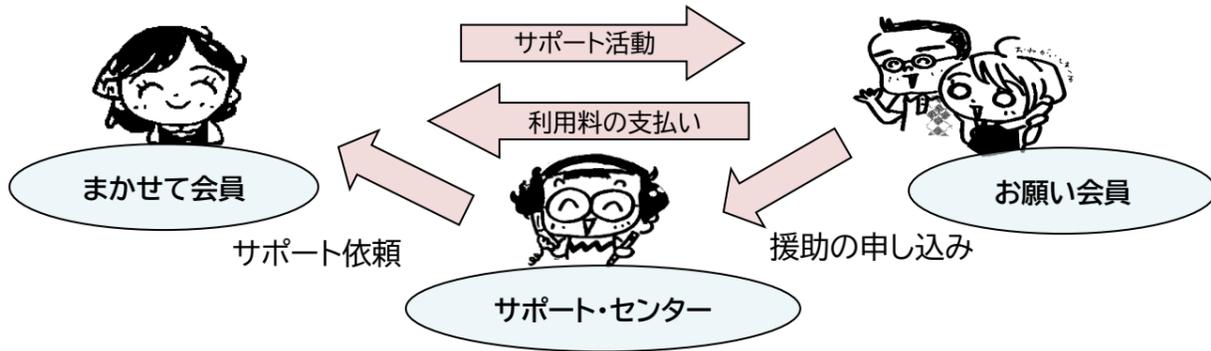


まかせて会員さんになりませんか？

子育てのサポート活動にご協力いただける方を募集しています。沼田市・利根郡在住または在勤でご自宅で子どもを預かれる方、心身ともに健康で子育て援助活動に意欲のある方であれば資格・経験・年齢は問いません。
*会員登録後、研修・事前打ち合わせを経てサポート活動をしていただきます。お問合せお待ちしております！



利用しやすいファミリー・サポート・センターを目指して



まかせて会員になるには？

沼田市または利根郡(片品村・川場村・昭和村・みなかみ町)在住・在勤で子どもを預かれる方。心身ともに健康で、子育てに意欲のある方なら、資格・経験は問いません。

- 説明会、各種研修、事前打合せ等、センターが責任を持ってサポートします
- 未経験でも、十分対応できます

ご利用料金(1人・1時間)

	平日	土・日・祝 年末年始
7:00~ 19:00	700円	800円
時間外	800円	900円

※万一の事故に備えて、「ファミリー・サポート・センター補償保険」に加入しています

お願い会員になるには？

生後3ヶ月から小学6年生までの子供の保護者。沼田市または利根郡(片品村・川場村・昭和村・みなかみ町)在住・在勤の方なら、どなたでも会員になれます。

～こんなときにご利用ください～

- 保護者の病気や急用の際に
- 保育所の開始前や終了後に
- 学校の終了後やクラブ活動の終了後に
- 保育所にお迎えにいけないときに
- 冠婚葬祭や兄弟の授業参観のときに
- 買い物などの外出の際に

※お願い会員はサポート終了後、左記の料金をまかせて会員に直接お支払いください。
 ※交通費・ミルク・食事・おやつ・オムツ等はお願い会員が用意、又は実費を負担します。
 ※次の場合には、キャンセル料を頂きます。
 当日取り消し・・・料金の半額
 無断取り消し・・・料金の全額
 ※センターの利用料は一切かかりません。

会員の声

・ファミサポは1家庭の子供のみの預かりなので、自分の子供たちをしっかりと見て貰える安心感があります。

・ファミサポを利用したことで他の人と関わるきっかけになり、保育園に行けるようになりました。

講座の予定などお知らせを配信いたしますのでぜひお友達登録をお願いいたします！

発行：沼田市ファミリー・サポート・センター
 運営：特定非営利活動法人 尾瀬なでしこの会
 住所：沼田市岡谷町 1077-2

<http://oze-nadeshiko.com/>

TEL 0278-22-2447



ファミサポだより



沼田市ファミリー・サポート・センター

2026年1月号



「つながる力」を育み、未来の可能性を広げよう！

謹賀新年。アサーション（丁寧かつ率直に思いを伝えること）という考え方があります。

福音館書店の絵本『しろいうさぎとくろいうさぎ』では、2匹のうさぎが、自分の気持ちを相手にしっかり伝えることの大切さを、互いに確かめ合います。私たち大人も、心のどこかに「この機会にこそ伝えたいこと」や、「わかっているつもりでも、実はうまく言葉にできていなかったこと」があるのではないのでしょうか。（たとえ言いにくいことでも）相手を大切に思いながら、にこやかに、しかしはっきりと伝える姿勢がアサーションです。2026年も激動の一年になりそうですが、「一年の計は元旦にあり」といいます。ぜひ新しい年の始まりに、親子で、家族で、日頃の気持ちを伝えあってみませんか。

1月号トピックス

- ・スキルアップ講座の様子
『心の発達とその問題』
『子どもの栄養と食生活』
『虐待防止について』
『小児看護の基礎知識』
- ・まかせて会員さん募集

発行日 2026.1