

協力会員・両会員交流 アロマヨガ

## Harmony Aroma & Yoga

アロマとヨガのハーモニーを味わいながら、  
自分でできるマッサージとヨガと呼吸法で、  
リラックスしませんか？

講師：武内 タ子さん  
アロマセラピー検定1級米国 Aroma yoga®  
日本初公認インストラクター  
日時：令和3年11月12日（金）10:00～  
場所：あいぼっく 4階講習休養室  
定員：12名  
締切：11月5日（金）



持ち物  
ヨガマット（なければバスタオル）・水分補給できるもの

# 10

1日 説明会  
14日 説明会  
15日・18日・21日・27日  
協力会員養成講習  
22日・29日  
普通救命講習  
28日 サロン愛☆会い

# 11

5日・9日・11日  
協力会員養成講習  
12日 交流会ヨガ  
18日 説明会  
29日 サロン愛☆会い

# 12

4日 冬の工作教室  
9日 説明会  
16日 サロン愛☆会い

## ★ 昭島市ファミリー・サポート・センター ★

〒196-0015 昭島市昭和町4-7-1 保健福祉センター「あいぼっく」2階  
社会福祉法人 昭島市社会福祉協議会 内  
電話 042-544-0388 ファックス 042-543-0003



# ファミリー・サポート通信

2021年10月15日発行 (Vol. 142)

## 冬の工作教室

日にち：令和3年12月4日（土）

時間：10:00～12:00

場所：あいぼっく 3階（健康教育運動室）

参加費：ファミサポ会員・無料 / 一般 500円

参加者：15名（小学生以上）

申し込み：昭島市ファミリー・サポート・センター

TEL042-544-0388（申し込み締め切り11月26日（金））



竹を使ってランタン  
を作ります。



延期となったおもちや病院さんによる「夏休み工作教室」を12月に開催いたします。  
参加の際は、検温およびマスクの着用をお願いします。また、参加者は小学生以上の子ども  
のみです。保護者の方は別の場所でお待ちいただくか、時間に合わせてお迎えをお願いします。

# 協力会員・両会員ステップアップ講習会



## 普通救命講習



AEDの講習を含む普通救命講習を開催します。心肺停止した人に対しては、早期に心肺蘇生法とAEDを用いた電気ショック（除細動）を行うことが救命率アップにつながります。AEDは一般市民でも使うことができ、最近では街中のいたるところで見かけられるようになりましたが、使い方を知らないと役立てることができません。いざという時、慌てず安全確実にAEDが使用できるよう講習を受けて、あなたの身近な人を救いましょう。

どなたでもご参加いただけます。是非、この機会にご参加ください。



日時：令和3年10月22日（金）9：30～12：30

令和3年10月29日（金）9：30～12：30

場所：あいぽっく4階講習休養室

定員：各10名

締切：10月20日（水）

厚生労働省より、救命救急の講習を実施した会員がサポート活動を行うことが望ましいとの通知がありました。協力会員・両会員は無料で参加できます。まだ講習を受けていない方・技能証の有効期限が切れている方が対象です。なお、技能証の有効期限は認定日から3年です。

利用会員・一般の方は有料になります。講習に興味がある方、料金等はお問合せください。

### 感染症について

新しいガイドラインを作成いたしましたので、別紙をご確認ください。

サポートの時は、協力会員さんも利用会員さんも体調が悪ければキャンセルをお願いします。また、同居しているご家族が感染症の場合もサポートはできませんのでご了承ください。ガイドラインに沿って、利用をお願いいたします。不明な点はセンターまでご連絡ください。

これから、寒くなるとインフルエンザ等の感染症も発生してきます。感染症の予防は、手洗い・うがい・咳エチケット等、基本は同じだと思います。佐久医師会が発行している「教えて！ドクター」の感染症対策の別紙を同封しました。子どもの病気とおうちケアについてわかりやすく掲載されていますので、是非検索してみてください。今後も、感染予防にご協力をお願いします。

教えて！ドクター



### 利用料・キャンセルについて

毎月5日までに、協力会員さんは前月分のサポート報告書をセンターへ提出してください。

サポートを利用した利用会員さんは、サポート終了後のお支払いをお願いします。

また、月払いでサポート料金をお支払いしている方は、月の最後のサポートが終わり次第、協力会員さんと連絡を取り「いつ、どこで」お支払いするかを決めてください。

キャンセルは決まり次第、利用会員さんが協力会員さんとセンターへ連絡をしてください。キャンセル料は前日 17:15 以降の取り消し分から当日キャンセル料が発生します。

### 安全チェックリスト

安全チェックリストを同封しました。利用会員さんも協力会員さんも、ご自宅でお子さんを預かってもらう時・預かる時は、サポート前に子どもにとって危険な場所がないか、チェックリストを使ってご確認ください。

### 冬休み・年末年始

まだ少し早いですが、冬休み・年末年始は習い事や保育園・学童のお休みによるサポートの変更があると思います。予定が決まり次第、早めにセンターへお知らせください。

年末年始(12/29~1/3)にサポート依頼をする予定がある方も、早めにお知らせください。なお、今年度から年末年始の利用料が変更となっています。4月の通信でもお知らせいたしましたが、**終日1時間あたり850円**となります。



コロナ禍での活動になりますが、皆様のご理解ご協力により安心・安全にサポートすることが出来ています。ありがとうございます！！