

運動不足解消レッスン

～自分のカラダを知ることから始めましょう～

日にち： 令和6年6月19日（水）
 時間： 10：00～11：30
 場所： 保健福祉センター 4階
 講師： パーソナルトレーナー 成澤栞さん
 人数： 大人15名
 託児： あり（無料：人数制限あり）
 服装： 運動のできる格好
 持ち物： ヨガマット（大判のバスタオル）、飲み物、汗拭きタオル
 締切日： 令和6年6月12日（水）



まかせて・両方会員さんで
 託児できる方を募集しています！！

枝幸町出身で、札幌でパーソナルトレーナーとして活躍されていた成澤栞さんが今春、0歳のお子さんと旦那さんと枝幸にリターンで戻ってこられました。

『自分のカラダの状態を知り、自分に合った運動、正しい姿勢やフォームで運動することの重要性』を分かりやすく伝えてくれるレッスン内容です。子育てやお仕事で日々忙しいファミサポ会員みなさんの日頃の運動不足解消のきっかけ作りとして、ファミサポ交流会でカラダを動かしてみませんか？

毎回ご好評頂いている『リユース広場』を今年も7月と11月に開催します。

こども用衣類や遊び道具は、7月は夏物中心、11月は冬物中心にお持ち込みください。日用品や食品などは、持ち込み可能なものであれば季節に関係なくOKです。詳細は、6月末に折込チラシやSNSで発信しますので、ご確認ください。（にじの森へのお問合せもお気軽に♪）

お問合せ・連絡はこちらまで！

ファミサポ利用
 の相談やお問
 合せ・お申込み
 はアドバイザー
 までお気軽に！

子育てサポート拠点施設『にじの森』
 ☎ 0163-64-7717
 ファミサポアドバイザー 村山 純子
 ☎ 080-6085-7716

ファミサポ
 LINE 公式



ファミサポの
 依頼やキャン
 セル連絡は、
 ファミサポ
 LINE 公式に
 お願いします！

こんにちは。枝幸のファミサポは今年で7年目となりました！これもひとえに、会員のみなさんのご協力のおかげです。本当にありがとうございます。

ファミサポ開設の年にまだ小さかったお子さんたちが、小学校に入学したり中学生になっていく姿に6年という歳月と、みなさんの子育てとともに歩んできたことをしみじみと感じています。

去年の枝幸町認定こども園の開設に続き、今年の4月には『こども家庭センター』が開設されました。ファミサポではこれからも、みなさんの子育てを色々な入口からサポートし、相談しやすい環境作りを関係各所と協力していきたいと思っています。にじの森のカフェやキッズスペースをご利用の際、にじの森のスタッフやアドバイザーと気軽におしゃべりを楽しんでください。

会員数（令和5年度3月末）	
まかせて会員	41名
おねがい会員	107名
両方会員	35名
合計	183名

利用件数（令和5年度3月末）	
預かり	121件
保育施設などの送り	166件
保育施設などの迎え	148件
合計	435件

ファミサポの依頼について

ファミサポの依頼をされるときは

- ① お子さんの名前
 - ② 希望日
 - ③ 希望の開始時間と終了時間
 - ④ 援助の内容（送迎、預かり、送迎&預かり など）
 - ⑤ 預かり場所の希望
 - ⑥ 依頼の理由（仕事の都合、通院、リフレッシュ など）
- をお知らせください。

依頼は、

日時や依頼内容がはっきりしている場合は、公式 LINE で OK！

複雑な依頼や、相談して考えたい場合は、アドバイザーまでお電話もしくは、にじの森にお越しください。（利用を迷っている状態でも、遠慮なくご相談ください）

初めて利用される場合は、

2週間～1か月前までに、ご依頼ください。（事前打ち合わせが必要な為）

枝幸町こども家庭センターが 開設されました！！

りすの建物で親しまれていた旧枝幸保育所が
今春、宗谷管内で第一号となる『こども家庭センター』
として生まれ変わりました。

建物内には、こども家庭センターの他に、子ども会館
機能として『りすのひろば』と『南宗谷子ども通園セン
ター』も入り、枝幸町認定こども園、にじの森と合わせ
て子育てに係る機関が【子育て支援ゾーン】として
集約されました。



こども家庭センターは
どんな風に
利用できるの？

妊婦さんや18歳までのお子さん・育児に関わる全ての方の相談
を受けています。相談室もあるので、ゆっくりとお話ができます
よ。お気軽にお電話くださいね。『りすのひろば』は小さいお友
だちからおじいちゃん、おばあちゃんまで楽しむことができる
広場です。ボルダリングやボールプール、将棋やオセロもありま
すよ♪世代を超えて対決してみてください。

こども家庭センターでは
どんな方が
対応してくれるの？

学校や家庭で困っている事がある方の相談や対応をしてくれる
【教育支援センター長】兼【こども家庭支援員】の天田光彦先生と
【相談支援員】の今野こず恵さんがいます。
天田先生は、朝の登校時に枝幸小学校の校門に立って子ども達に声
をかけているので、保護者の方も、ぜひ声をかけてみてください♪
今野さんは相談支援員として、こども園や各保育所のクラスの様子
を見に行ったり、子育ての不安や悩みを親身に聞いてくれアドバイ
スをしてくれます。ご家庭内の不安もぜひご相談ください。

教育支援センター「ありのまま」



教育支援センター長兼こども家庭支援員
天田光彦先生



こども家庭センター相談支援員
今野こず恵さん

昔の子どもは…、今の子どもは…時代も
子育ても大きく変化しています。人
の心と脳の発達過程は、今も昔も変
わらないのです。心理学的に正しい
子育ての方法を学びながら、各年齢
に合った子育て、個々に合った子育
てと一緒に考えていきませんか？

南宗谷子ども通園センター



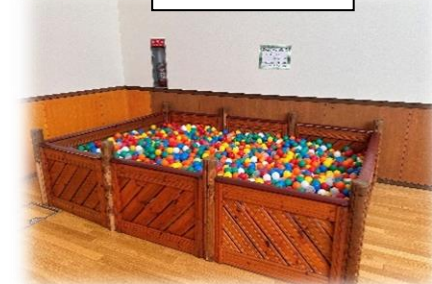
正面玄関



りすのひろば



ボールプール



ボルダリング



正面玄関を入ると、左手が通園セン
ター、右手がりすのひろばになって
います。授乳や調乳ができる赤ちゃ
んホットステーションもあり、乳幼
児から小中学生まで幅広く使える
施設です。

交流室1



交流室2



こども家庭センター玄関



交流室1では勉強、交流室2では、飲食やおもちゃ遊びが
できます。平日の午後や土日は小中学生が多いので、小
さなお子さんは平日の午前中の利用がおすすめです。

相談室1



相談室2



こども家庭センターの玄関は、
バスターミナル側の旧子育て支
援センターの玄関になります。
町民課職員が常駐しているの
で、みなさんの問い合わせなど
に対応してくれます。

月に1回ペースで、子育てにまつわる色々な話題をテーマに
みなさんがザックバランにお話できる『子育ての悩み座談会』
を実施する予定です。相談支援員である今野こず恵さんが講師を
担当されます。
色々な悩みを座談会で今野さんに相談してみませんか？

＊問い合わせ＊

こども家庭センター (62-2200) 担当 対馬
毎月の開催は、枝幸町ホームページやにじの森・子育て支援センターの
施設内の掲示板にて確認することができます。

こども家庭センターで
子育て座談会を
開催します！！