



ふじっこメート

～令和5年・秋号～

富士吉田市ファミリー・サポート・センター

☎0555-22-1111(内線580)

☎090-4714-3737

～おかけ間違いのないようお願いします～

開所時間 平日 8:30～17:15

秋のおとずれです!

猛暑の夏がおわりました。今年の夏は、とにかく暑かったですね。
このところ朝晩と日中の寒暖差が大きく、夏の疲れも出てくるころです。
お体ご自愛ください。

長かったコロナ生活は終息しましたが、様々な感染症が流行しています。
引き続き感染予防を心がけましょう。

ファミサポでは、会員のみなさまのご理解ご協力により、安心安全な援助活動が行われています。体調に不安がある場合には、活動を遠慮してください。

さて、この「ふじっこメート秋号」より、紙面でご覧になりたいとお申し出のあった会員さんをのぞいて市のホームページ、ラインでご案内しております。



ファミサポ、4年ぶりの「交流会」

W鈴木(鈴木志ぐれ&桂一)の
楽しい♪元気になる♪感動する♪
うたのイベント!!



歌声のつどい♪ in ファミサポ

みんなで、みて、うたって、きいて、しって、まなぶ!

交流会のご案内

～お申し込みお待ちしております!!～

開催日時

令和5年10月28日(土)
10時から11時30分まで
(受付:9時45分～)

開催場所

子育て支援センター
3階 多目的ホール

講師

W鈴木
(鈴木志ぐれ&鈴木桂一)

*講師紹介は別紙をご覧ください

内容

うたを中心に繰り広げられる
エンターテイメント!!
「見て、歌って、聴いて、知って、学んで」
がコンセプトのバラエティー豊かな音楽
イベント♪

みんなと一緒に楽しもう!!



参加申し込み

令和5年10月20日(金)まで。
ファミリー・センターにお申し出、
もしくは、お電話ください。

参加費

無料!!

富士吉田市ファミリー・サポート・センター

☎0555-22-1111(内線580) ☎090-4714-3737

～おかけ間違いのないようお願いします～



歌声のつどい♪



交流会講師紹介

すずき W鈴木 すずきしぐれ 鈴木志ぐれ + すずきけいいち 鈴木桂一

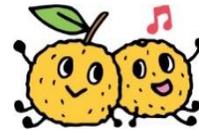
鈴木志ぐれプロフィール

- ・山梨県立高等学校 国語科教諭 (1977年～1992年) 講師 (国語、総合学習等 1993年～)
- ・社会学級等地域諸団体 講師 (絵手紙、歌声のつどい等 1998年～)
- ・日本体育大学 特任講師 (和の文化、マナー等 2009年～2013年)
- ・理想教育財団主催「てづくりの絵はがき」コンクール (対象：全国・海外) において大賞、金賞、デザイン賞など10年連続上位入賞 (1992年～2002年。以後は招待作品)
- ・油彩画「懐想」が、山梨文化総合誌『はまなし』第3号 (1993年) の表紙に採用
- ・山梨県立富士北稜高等学校創立時の学校案内をデザイン
- ・「山梨県立富士北稜高等学校 校歌」を関口稔夫氏と共作で作詞



鈴木桂一プロフィール

- ・山梨県立高等学校 数学科教諭・教頭 (1965年～2003年)
- ・山梨県立富士北稜高等学校の開校準備及び初代校長 (2003年～2007年)
- ・山梨県立日川高校、吉田高校等において、ラグビー部、ウェイトリフティング部等の顧問を務め、山梨の高校生の競技力向上に寄与。吉田高校でウェイトリフティング部を創部
- ・全国高等学校体育連盟自転車競技部 全国部長 (2004年～2007年)
- ・山梨県ウェイトリフティング協会理事及び山梨県自転車競技連盟顧問 (2007年～)
- ・帝京山梨看護専門学校 非常勤講師 (統計学 2012年～2020年)
- ・富士吉田市自治会連合協議会会長等、地域諸団体役員 (2012年～)



♪ 歌声のつどい♪



志ぐれさんが、父「新田純夫」の始めた童謡唱歌愛好会 (現在：童国会) に助手として参加。父の没後、会を引き継ぐ。夫の桂一さんも教職退職を機に参加。ご夫婦で企画から実施の全てを行う参加型・総合文化講座型音楽イベント『歌声のつどい』として活動。

【歌い継ぎたい唱歌・童謡・抒情歌 (ポップス、歌謡曲などあらゆるジャンル) などを参加者みなで歌い、楽曲周辺の様々な文化に接し学ぶことを通して、活力・いやし・感動のある豊かな時間を届けたい】との願いのもとに富士吉田、都留、富士河口湖、山中湖での定期開催のほか個人や団体からの依頼で年間90回以上イベントを開催している。各回毎に事前取材を行い、実施時季、場所 (地域性)、目的、対象者、社会情勢などを熟考して選曲、構成するオリジナルプログラム。そのプログラムは、楽曲の知識の他に、文学・語学・動植物・服飾・歴史・天文・地理などを横断的に組み合わせ総合的多角的に展開される。

安全運転講習会



キャリアアップ講習会を開催します！！

キャリアアップ講習会 「安全運転講習会」

山梨県では、現時点で人口 10 万人当たりの飲酒運転による人身事故の件数が全国で最も多く、また、ご当地交通ルール「通称：山梨ルール」と呼ばれている危険な運転があります。特に際立つ「山梨ルール」＝対向車線の直線車のスキをついての強引な右折・右折待ちの車を優先的に右折させる：知っている人⇨知らない人が交差点で衝突する事故が続発。

※道路交通法第 37 条「交差点で右折する場合において、当該交差点において直進し、又は左折しようとする車両等があるときは、当該車両等の進行妨害をしてはならない」

その他、横断歩道、信号機の設置されていない横断歩道で右折や直進時に歩行者を無視するなどがあります。

※道路交通法第 38 条「横断歩道は歩行者優先」信号機のない横断歩道を横断中または横断しようとしている歩行者を認めるときは、必ず横断歩道の手前で一時停止し歩行者に進路を譲らなければなりません。

※横断歩行者妨害…違反点数 2 点、反則金 9000 円（普通車）、刑事罰 3 カ月以下の懲役または 5 万円以下の罰金

では、車社会の山梨で「事故にあわない、事故を起こさないため」にどのようなことに気を付ければよいか。ぜひこの機会に学びましょう！！

- *日時 令和 5 年 11 月 30 日(木) 10 時～11 時 30 分
- *会場 子育て支援センター 3階 多目的ホール
- *講師 富士吉田警察署
- *託児 有・無料（参加申し込み時にお申し出ください）
- *締切 令和 5 年 11 月 20 日(木)
- *定員 20 名

チャイルドシートの正しい装着の説明、実技も行います！！

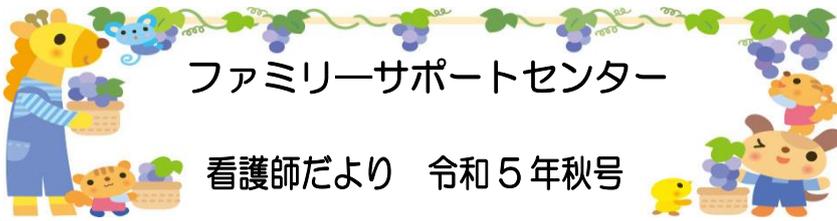
問い合わせ・申込み

富士吉田市ファミリー・サポート・センター

☎ 0555-22-1111（内線 580）☎ 090-4714-3737

～おかけ間違いのないようお願いします～





ファミリーサポートセンター

看護師だより 令和5年秋号

虫の声に色づく木の葉、、、秋の気配を感じる季節になりました。秋は元気な体作りに最適な時期です。普段の様子を見直して元気な体をつくりましょう！！

小さな子どもは「見る力」も育ち盛り！！

赤ちゃんの目は、生後すぐはぼんやりとしか見えていませんが、その後、1歳までの時期は急速に「見る力」が発達します。3歳までには、多くの子どもが大人と同じ程度（視力1.0）まで見えるようになります。見る力（視覚）はゆるやかに発達し、6歳頃には大人と同程度になります



うまれてすぐ

視力0.01

明るい・暗い程度しか認識できません



1歳

視力0.2

立体的に見る力、動くものを見る力など、視覚が急速に発達します



3歳

視力0.8~1.0

大人とほぼ同じくらいまで視覚が育ってきます



5歳

視力1.0

多くの子どもが大人と同じ視覚を身につけます

目に異常があると脳に情報が届かず見る力が育ちません。早く治療を始めるほど回復しやすいので見え方の異常に気がついたら早めに眼科で相談をしましょう

見え方のチェックにおすすめなのが『紙しばい』左右の目の焦点・ものを見る様子が詳しくわかります一度ためてみましょう



虫歯は食べ方で防ぐ!?

11月8日は『いい歯の日』です。いい歯を守るために虫歯を防ぐ食べ方を確認しましょう！

こんな食べ方が虫歯のもとに

だらだら食べる

遊びながらおやつを食べたり、食後に歯みがきをしなかったりすると、口の中に汚れが長時間たまり、虫歯を招きます。あめやキャラメルなど、長い間口の中に入れてままになるお菓子も要注意です。

やわらかいものばかり食べる

唾液には、口の中をきれいにして歯を守る働きがありますが、やわらかいものはそれほどかまないで、唾液があまり出ません。また、歯にこびりつきやすく、虫歯を招きます。

虫歯を防ぐ食べ方に変えよう！

おやつの時間を決める

時間を決めて、しっかり区切りましょう。甘いものを食べても、その後しっかり歯をみがけば安心です。



よくかんで食べる

よくかむと、唾液がよく出ます。「よくかんで」と言っても、子どもにはわかりにくいので、野菜類や海藻類、きのこ類など、かみごたえのある食材の様子を見ながら取り入れましょう。

