

ふじっこメート

令和7年 春号

富士吉田市ファミリー・サポート・センター

開所 平日 8:30~17:15

☎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~

寒さも日ごとに和らぎ待望の春を迎えました。ご家族の進級、入園、入学などおめでとうございます。この時期は慣れない新生活などで気忙しい毎日をお過ごしかと思います。体調を崩されないようご自愛下さい。

さて、富士吉田市ファミリー・サポート・センターでは、会員みなさまのご支援、ご協力により令和6年度も安心・安全に数多くの援助活動が行われました。ありがとうございました。令和7年度も引き続きご支援ご協力いただきますようお願いいたします。

また、冬には過去にないインフルエンザの大流行がありました。これからも引き続き感染予防に気を配り、会員同士が安心して活動ができるよう十分なご配慮をお願いします。

令和7年度ファミリー・サポート・センターの行事については、随時、ふじっこメートや市広報等でご案内します。この度の「ふじっこメート春号」には、「令和7年度年間行事予定」を掲載しました。その中の「24時間講習」は、協力会員さんはもちろんですが、子育て中のお父さん、お母さんにもご自身のお子さんについての気付きや子育ての参考にさせていただける内容です。講習会は、参加のみなさんの子育てエピソードや各々の疑問や関心のある時事ネタへの質問などが飛び交う♪楽しい時間です。ぜひご参加ください。興味のある内容の講習のみの受講も歓迎です。講習会は、事前にお申し出いただければ、託児スタッフが無料でお子さんをお預かりします。

*24時間講習の受講済み記念品贈呈は在庫がなくなりしだい終了となります。

ファミリー・サポート・センターに関するご質問、ご相談はお気軽にお電話いただくか、センター事務室にお越しください。お越しいただく場合には、お待たせしないために事前にご連絡いただくことをお勧めしています。



お知らせします！



重要！！

報酬額・助成金額の改訂があります！ *別紙に詳細があります。ご確認ください。

電子マネーでの支払い

昨今、PayPayなどの電子マネーが普及し、多くの方が利用されています。ファミリー・サポート・センターでも活動報酬費（利用料）について、協力会員・両方会員双方の合意があれば、令和7年4月1日の援助活動より電子マネーでの支払もできることとします。

利用料の助成について(協力会員に手続きをお願いする場合)

令和7年度、協力会員への報酬費（利用料）の支払時に助成を利用するためには、「令和7年度 委任状」が必要です。

令和6年度に援助活動を利用された会員さんには、2月に委任状を郵送しました。まだセンターに提出されていない方は、必要に応じて委任状を記入し、同封の返信用封筒で送付されるか、センターまでお持ちください。

センターにお越しいただければ、一緒に書類を作成します。

新年度を迎えて

新年度から援助依頼が「変更」や「追加」、または「不要」などの場合は、協力会員とセンターへ相談・報告して下さい。保育施設や学校に協力会員がお子さんを迎える場合は、施設へ協力会員の紹介や手続きが必要です。

進級、進学等でお子さんの保育施設などが変わる場合はセンターに連絡ください。変更届による申請が必要です。センター来所・郵送、ご都合の良い方をお申し出ください。

中学校進学⁺
おめでとうございます！！

一番下のお子さんが中学生になった依頼会員さん

登録している一番下のお子さんが中学生になりますとファミリー・サポート・センターの依頼会員資格がなくなるため退会となります。(退会手続きは不要です。)

協力会員に変更して活動にご協力いただける場合は、ご連絡ください。ご検討お願いいたします！！

報酬費(利用料)が、変わります！！

令和7年4月1日の援助活動より、活動報酬費が以下のとおり変わります。それに伴う依頼会員の負担増を避けるため、富士吉田市からの助成金額を引き上げます。援助活動利用時の依頼会員の自己負担額は、従来と変わりません。ただし、キャンセル料は、規定報酬額を基準に算出するため、変わります。ご注意ください。
ご不明な点は、お問い合わせください。

① 子ども1人を預ける場合

曜日	時間帯	規定報酬額	依頼会員負担額	助成金額
平日	5:00~7:00	1,100	400	700
	7:00~19:00	1,000	350	650
	19:00~24:00	1,100	400	700
土日祝日、年末年始	5:00~24:00	1,100	400	700
軽度病児割増(1人)		100	50	50

② 子ども2人を預ける場合

曜日	時間帯	規定報酬額	依頼会員負担額	助成金額
平日	5:00~7:00	1,500	600	900
	7:00~19:00	1,300	500	800
	19:00~24:00	1,500	600	900
土日祝日、年末年始	5:00~24:00	1,500	600	900
軽度病児割増(2人のうち1人対象)		100	50	50
軽度病児割増(2人とも対象)		200	100	100

③ 子ども3人を預ける場合

曜日	時間帯	規定報酬額	依頼会員負担額	助成金額
平日	5:00~7:00	1,900	800	1,100
	7:00~19:00	1,500	600	900
	19:00~24:00	1,900	800	1,100
土日祝日、年末年始	5:00~24:00	1,900	800	1,100
軽度病児割増(3人のうち1人対象)		100	50	50
軽度病児割増(3人のうち2人対象)		200	100	100
軽度病児割増(3人とも対象)		300	150	150

*キャンセル料…1時間当たりの報酬を基準とし、市からの助成はありません。

- ①当日キャンセル⇒活動依頼していた時間分の規定報酬額の半額
- ②無断キャンセル⇒活動依頼していた時間分の規定報酬額の全額





やわらかな春の日差しを感じ、新しい年度がスタートしました。新しい環境のなかで緊張の毎日ですね。こころもからだも適度に休ませながら健康に気をつけて過ごしましょう。

新学期が始まりましたが、元気に過ごすことができますか？毎日元気に過ごすための基本「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけ、病気に負けない体を作りましょう！！

生活リズムは **早起き** でリセット！

春休み中は、いつもと生活リズムが変わり、楽しくてついつい夜更かし、朝はうっかり寝坊……など、睡眠のリズムが乱れがちです。新学期、これを直すには早起きでリズムを整えましょう。

早起きのコツは、「起きたら日の光を浴びること」。体内時計は24時間より少し長いいため、放っておくとリズムが乱れます。朝、日光を浴びて体内時計をリセットし、一日をスタートしましょう。早起きをすると、夜は自然と眠くなります。早起きをして朝ごはんを食べ、日中しっかり遊ぶことで夜も自然に早寝になります。これで、こどもも大人もストレスがかかりません。



朝、起こすときにはカーテンを開けて外の光を入れましょう。直射日光でなくてもOKです。

朝ごはんは必ず食べましょう。体を目覚めさせますし、体を動かすエネルギー源としてだけでなく、成長を支えるためにも欠かせません。



朝ごはん **で元気のスイッチを押そう！**

体のスイッチ

肉や魚など、体をつくるたんぱく質をしっかりとりましょう。体温が上がって、活発に動けるようになります。



育ち盛りの子どもたちは、毎食しっかり食べることが大事です。活動エネルギーを補給するだけでなく、成長のためのエネルギーも必要だからです。**朝ごはんをしっかり食べて、元気のスイッチをONにしましょう！**

排便も朝の習慣になりますよ！

頭のスイッチ

脳は、活動するのにたくさんのエネルギーを使います。脳を元気に働かせるためには、主食（ごはんやパン、めん類など）をしっかりとして。

おなかのスイッチ

朝しっかり食べると、腸が目覚めて動き出し、排便リズムが整いやすくなります。野菜や果物など、繊維質が多いものがおすすめ。



令和7年度 富士吉田市ファミリー・サポート・センター年間行事予定表



月	日	曜日	行事・講習会	内容	時間	月	日	曜日	行事・講習会	内容	時間			
5	29	木	24時間講習①	身体の発育と病気	9:00～10:00	10	9	木	キャリアアップ講習会	「安全運転講習会」	10:00～11:30			
				小児看護の基礎知識	10:00～12:00					23	木	24時間講習⑤	身体の発育と病気	9:00～10:00
6	20	金	活動に入るための講習会	身体の発育と病気	9:00～9:30	11	18	火	24時間講習⑥				事業を円滑に進めるために	9:00～10:00
				小児看護の基礎知識	9:30～10:30					安全・事故	10:00～12:00			
				保育の心	10:30～11:30					29	土	キャリアアップ講習会	「性被害防止対策」	10:00～11:30
				事業を円滑に進めるために	11:30～12:00								12	13
25	水	24時間講習②	子どもの栄養と食生活	9:00～12:00	16	火	24時間講習⑦	保育の心	9:00～11:00					
28	土	🌸 交流会 🌸	内容検討中	10:00～11:30				事業を円滑に進めるために	11:00～12:00					
7	15	火	24時間講習③	子どもの遊び	10:00～12:00	2026	28	水	24時間講習⑧	心の発達とその問題	10:00～12:00			
8	20	水	キャリアアップ講習会	「おやつ作り」	9:30～12:00					1	24	火	24時間講習⑨	事業を円滑に進めるために
<div style="border: 1px solid blue; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> <p>🌸夏休み🌸 親子で参加しませんか！</p> </div> 				心の発達とその問題	9:00～11:00	2	24	火	24時間講習⑨	子どもの世話	10:00～12:00			
				25	木					キャリアアップ講習会	「救命救急法」	9:00～12:00	消防本部による「普通救命講習」心肺蘇生やAEDの使い方	

🌸 令和7年3月末日現在の年間予定です。

- 日程や内容が変更になる場合があります。
- 受講、参加については、事前申込みをお願いします。
- インターネットでもお申込みいただけます。
- 交流会以外は、託児（無料：要事前申込み）があります。

*不明な点はお問い合わせください。

予約QR



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いたします～

