

# ファミサポ通信

vol.26

発行：女子医大・東京医大ファミリーサポート室（委託：NPO 法人子育てネットワーク・ピッコロ）  
〒162-8666 東京都新宿区河田町 8-1 東京女子医科大学 ファミリーサポート室  
☎03-5369-9075 fax 03-5369-9081

2月1日発行

2021

利用しての感想 双子育児と3人目の育休からの復帰に向けて

## 一緒に成長を楽しみ、つらさは分散して

私がファミリーサポートを利用し始めたのは4年前のことで、双子が1歳になり仕事復帰にあたり、保育園への送迎や病気の時に助けて欲しいと思ったのがきっかけです。最初はインターネットでシッターさんを探していたのですが、自宅で見知らぬ方と子供達が過ごすことに大変抵抗がありました。

悩んでいた時に医局の先輩がこの制度を教えてくれたのです。女子医大・東京医大の関係者で限定されており、同じ提供会員さんを紹介してもらうことも可能なのではと、とても安心感があり利用を決めました。

私の実家が遠方で親戚も頼れなかったため、子育ての先輩が手助けをしてくださることは本当に心強かったです。当初は子供1人に対し1人ついて頂き、5名程の方が交代で朝の送り、夕方のお迎えと自宅保育などで助けてくださいました。冬場は風邪をひきやすく、双子同士でうつし合う負の連鎖に陥ることもしばしば。病児保育では8時間の長時間であったり、午前・午後と入れ替わりでサポートして頂きました。

3歳頃までは双子育児自体も本当に大変で、皆さんと一緒に成長を楽しみ、つらさを分散して頂いた感じです。慣れてくると提供会員さん同士の連携もすばらしく、日程調整などもスムーズに行えてありがたかったです。

●東京医大 糖尿病・代謝内分泌科 依頼会員 Kさん



▲左が依頼会員 Kさん。双子の後ろが提供会員の Sさんと Oさん。子ども園のお迎えの事前打合せ。

3人目出産にあたり里帰りをしていたため1年程利用しない期間があったのですが、下の子も1歳になり、また仕事復帰をするため再度利用のご相談をしました。コロナ禍でもあるため、自宅近くの方を新たに紹介してもらう方法もあったのですが、上の双子達のことを良く知って頂いている方達の方が安心であり、同じ提供会員さん達と下の子の事前面談をお願いしました。

涙ぐんで再会を喜んでくださったりして、こんなにも親身に私達の生活を応援してくれる方達がいることに感謝の気持ちでいっぱいです。双子もよく覚えており、「また会えたね」と照れながらも喜んでいました。身内以上に身近な存在であり、この素敵なお縁を大事にしていきたいなと思います。

そんな双子も今年は小学生になります。下の子も保育園、私も仕事復帰とまたそれぞれに新しい環境です。

親子共々信頼しきって、優しさに甘えっぱなしですが、皆さんの支えなしでは仕事も続けられなかったと思います。これからもどうぞ宜しくお願い致します。



▲4月から小学生になるんだよ～。妹は1歳だよ。提供会員の Kさんと久々の対面。

サポートして下さる提供会員さんはみな、お子さんが好きな方たちばかり。  
女子医大・東京医大の学生の保護者の方も数多く登録し、活動しています。



活動しての感想

## 幸せをいただきながら

●提供会員 K さん

私がかちらの活動に参加させていただききっかけは、娘が女医としてキャリアを積んでいくと同時に、家庭を築き、子育てもする場合を想定すると、今の環境に不安を覚え、色々な支援が必須だろうと考えていました。社会や職場の理解、勤務体制などもありますが…。

そんな時こちらチラシを目にし、こんな活動をされている団体があったんだ！と感動し、まずは自分が働く女性を支援できる人になろうと、受講を始めた次第です。



▲子ども園のお迎え

純粹でかわいい子どもたちと過ごせるのはとても素敵な時間です。またその成長ぶりを見守ることができて本当にたくさんの幸せをいただき、感謝しきりです。

働くママの助けに少しでもなれて、提供する側もこんな幸せになれるって、何て素敵な取り組みでしょう。

もっともっと広まって欲しいです。

このような機会を作ってくださった女子医大と東京医大、そしてサポートして下さっているスタッフの皆さんに心から感謝申し上げます。



▲依頼会員宅で1歳の女の子のお預かり

まぼろし

## 幻の第20期保育サービス講習会

毎年2回6月と11月に実施してきた提供会員養成の【保育サービス講習会】は、新型コロナウイルスのため今年度は一度も実施できませんでした。

6月の中止後、風邪等の流行る11月では実施は難しいと考え、9月に設定すると、コロナ禍にあっても講習を受けたいと応募は定員を超え、キャンセル待ちも出ましたが、残念ながら中止となりました。対面が必須のファミサポにとって、講習会のあり方に苦慮した1年でした。

第20期生として登録をして下さった皆さん→

▼DD ユニットファミリーサポートの講習会を修了した皆さんがオリエンテーション(11/20.30)を受けて、当ファミリーサポートの提供会員になってくださいました。



## 【スキルアップ研修会として、コロナ禍での普通救命講習】

大学病院としては、5名以上の会議・集会は禁止ということで、今年度は学内でスキルアップ研修会が実施できませんでした。

しかし、牛込消防署では、感染予防対策を徹底して普通救命講習を実施することができました。

コロナ禍にあって、今までとは違うやり方の部分もあり、提供会員の皆さんは、熱心に何度も繰り返し実習を受けることができました。

### ▼乳児の心肺蘇生



▲乳児の異物除去



## 普通救命講習1回目

2020年9月18日(金)9:30~12:30  
会場:牛込消防署 参加者:8名



▲入室前の厳しいチェック

## 普通救命講習2回目

2020年12月7日(月)9:30~12:30  
会場:牛込消防署 参加者:6名

### ▼誰か来てくださーい。人が倒れています。



### 【ふり返りシートより】

- 少人数の研修で大変良かった。項目ごとに動画と実演で説明がありわかりやすく、講師の話方が明瞭で自分の身体の中に入り込んできた。慌てずにできそうです。
- どのような状況でも生活の中の緊急に対応する勉強ができ、感謝いたします。
- タイムリーな講習で、たいへんに良かった。

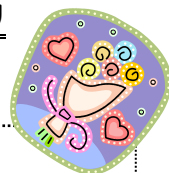
ひとりに1体ずつ成人と小児の人形が用意され、アルコール消毒なども各自にあり、3密回避も十分に配慮されての講習でした。



## 活動を安全に続けていくために — 2回目の緊急事態宣言をうけて

依頼会員・提供会員とも、このファミサポ通信に同封した【新型コロナウイルス安全対策チェックリスト】をご確認のうえ、感染防止対策を充分にして、安心・安全な活動にご協力ください。

※公共交通機関（電車・バス）やタクシーは利用ができません。



### 【活動ができない場合】

1. お子さん・会員およびそれぞれの同居家族が、新型コロナウイルスに感染した場合、または濃厚接触者になった場合
2. 37.5度以上の発熱、咳などの呼吸器症状・倦怠感が会員または同居家族にある場合
3. 会員または同居家族が海外より帰国後、2週間経っていない場合

### 【活動上のリスクへの配慮】

4. 1～3以外で、間接的にでも新型コロナウイルス感染者と接触している可能性がある場合は、必ず情報提供をする。
5. 別紙『安全対策チェックリスト』を使い、活動前に共有する。
6. 新型コロナウイルスの感染は、補償保険の対象にならないことを理解する。



●活動について気がかりや不安がある方は遠慮なくご相談ください。

☎ファミリーサポート室の電話・メールはこちら

【重要】感染予防の第一は手洗いの徹底です。手を洗えない時はアルコール消毒。自宅でも依頼会員と提供会員が会う時はマスクを着用してください。

### ◆ファミサポ室の感染予防◆

ファミリーサポート室の打ち合わせテーブルの上に、飛沫防止のためにアクリル製の衝立を置いています。

入口には自動で出る消毒液の設置など予防策は万全です。☞



### ☞会議はすべて Web 会議

昨年より、会議はすべて Web 会議になり、Zoom でそれぞれの勤務場所から会議に参加しています。（背景はバーチャルの場合があります）



【編集後記】 ●事業開始以来この10年で双子の登録は8組。昨年12月にも男女の双子が生まれたばかりです。現在サポートをしている2組に加え、これからサポートが始まります ●提供会員で双子を育てた方がいて、とても心強い味方です ●ひとりの赤ちゃんだけでもたいへんなのに、双子でしかも他に兄弟もいるとなると、とても手が足りませんよね。そんな時、当ファミサポは保護者と一緒の保育ができますので、遠慮なくご相談ください ●右の写真は「梅にメジロ」。東京都練馬区の公園でファミサポ室スタッフの山森が撮影しました ●もうすぐ春ですね。（村田）

**重要** ☞ 今後会員の皆さまに、迅速かつ一斉にお知らせをするために、メールを活用していきます。送信専用のメールアドレスは fami-sp@tokyo-med.ac.jp です。ご登録ください。

## 女子医大・東京医大ファミリーサポート室

●受付時間：月～金曜日 9:00～17:00 直通 ☎ : 03-5369-9075 fax : 03-5369-9081

〒162-8666 新宿区河田町 8-1 東京女子医科大学内 ☎03-3353-8111(内線 41152)

〒160-8402 新宿区新宿 6-1-1 東京医科大学 ダイバーシティ推進センター ☎03-3351-6141(代)



▲ファミサポ通信のカラー版はこちら。