

# ヘアミサボ通信



2016.11  
Vol. 14

## 前回の講習会より

演題 子どもの救急法について  
講師 美祢市消防本部救急救命士  
日時 平成28年6月28日  
場所 勤労青少年ホーム



AEDの使い方や骨折したときの簡易的な固定の方法、救急車を要請するときには、住所を地区名ではなく番地で伝えた方がよいことなどを学びました。

## 前回の交流会より

演題 手軽にできる  
ストレッチ体操  
講師 げんきの森 伊藤先生  
日時 平成28年7月12日  
場所 サンワークみね



息の切れるような運動ではなく、動かして快くなるストレッチ体操を学びました。また、パラリンピック競技でもあるボッチャも体験し、楽しいひとときを過ごしました。

このようなときは  
お知らせください

- ★ 住所や電話番号（携帯含む）が変わった
- ★ 子どもが生まれた
- ★ 一番下の子どもが中学校を卒業した  
(協力会員への変更をぜひお願いします)
- ★ 市外へ引っ越しをする



お申し込み・

お問い合わせは

## 次回講習会のご案内

物品販売課

演題 我が子に・・・友達に・・・  
ちゃんと伝わってる？ワタシの気持ち  
～『わたし、怒ってます！』  
上手に伝えられますか？～  
講師 小林 洋子 さん（山口市・coco-emi 代表）  
日時 平成28年12月3日（土曜日）  
午前10時～2時間程度（受付9時半～）  
場所 美祢市社会福祉協議会 本部2階  
(美祢市大嶺町東分320-1)

上手に言えなくて  
モヤモヤ

怒った後で  
後悔してしまう

今回の講習会では、今、話題のアンガーマネジメント（怒りのコントロール方法）について、アンガーマネジメントファシリテーターをお招きして、他人に自分の感じたマイナスな気持ちを上手に伝えるコツをお話ししていただきます。

内容は、小学生から理解できるような噛み砕いたお話しなので大人だけでなく、小学生以上の子どもさん同伴の受講も歓迎します！

子どもたちのワークも取り入れた、わかりやすく楽しい講座です。

お申し込み・お問い合わせは、11月25日（金）までお願いいたします。

## ファミサポQ&A

- Q 自宅に誰もいない場合でも、子どもの送迎をお願いすることはできますか？  
A お子さんの安全を考えて、『大人から大人へ』の受け渡しが原則です。留守宅への送りはできません。
- Q 協力会員のお宅以外で、子どもを預かってもらうことはできますか？  
A 活動の内容によって、より良い預かりの場所を考えます。まずは、ご相談ください。

ファミリーサポートセンターみね（美祢市社会福祉協議会内）

電話 0837 (52) 5222

