



こんなことやってる? チェックリスト



いざという時のための準備

- ボランティア活動保険に加入しておく。
手続き・お問合せは浜松市社会福祉協議会でできます。
- 会場の避難経路の確認をする。
災害はいつ起こるか分かりません!会場内だけでなく、施設周辺の危険箇所をチェック!
- 会場内外に借りられるAEDを置いてある場所を確認する。
- 活動時には救急セットを用意する。
子どもは想定外の行動をとります。ただし、アレルギーなどもあるので、消毒や投薬・絆創膏を貼る前に親に確認しましょう。

救急セットに入れておく良いもの(例)

- ・体温計 ・ハサミ ・爪切り ・ピンセット ・ビニール手袋
- ・脱脂綿 ・ガーゼ ・綿棒 ・包帯・ネット包帯
- ・絆創膏 ・三角巾
- ・コールドスプレー(または保冷剤) ・冷・温湿布
- ・消毒薬 ・虫刺され用軟膏 等



- 日頃から防災知識を習得し、防災訓練にも参加する。
防災豆知識なら、ぴっぴの「子育てのヒント」(QR①)や、浜松市防災アプリなどを活用してね(QR②)。
- 専門家のいる窓口を知っておく。
子育ての悩みや不安を相談された時、必要があれば専門家につなぐのも子育てサークル・支援団体の役割です。専門家の相談窓口を探すなら、ぴっぴサイトでチェックしてね(QR③)
- 土日祝日開催の場合は、休日当番医などを確認しておく。
すぐに見てもらえる医療機関を探すなら「医療ネットしずおか」(QR④)や、浜松市「休日在宅当番医」(QR⑤)などのホームページをブックマークしておきましょう。
- 全国版救急受診アプリ「Q助」で、救急車を呼ぶかどうか判断!
救急車を呼ぶかどうか迷ったら、『全国版救急受診アプリQ助(QR⑥)』が目安になります。

環境づくり

- 室内の活動の際には、参加人数より多めの定員数(できれば2倍)の部屋の確保をする。
- 使用中は1時間ごとに換気をする。
- スタッフも参加者も、会場に入る前に検温や手指消毒または手洗いをする。
- 使用する備品の消毒をする。
- 使用前の会場の清掃をする。
小さな子どもは何でも口に入れてしまいます。必要のないものは子どもの手が届かない場所へ。
- 敷物は養生テープで固定する。
フローリングの上に敷物を敷く場合、子どもが滑って転倒する可能性があります。敷物を養生テープで固定しておけば安心。

スタッフのスキルアップ

- 3年に1回いざという時のための救命救急講座を受講しましょう。
毎年、いろいろなスタッフが受講しておくことで安心です。救命救急講座は、浜松市消防局(QR⑦)や日本赤十字で行っています。
- 浜松市子育て情報センター主催「子育てサークル代表者交流会」に参加し、活動に役立つ情報を得て、横のつながりをつくる。

ぴっぴサイト内の団体紹介ページの更新

- 各団体ページには、活動の様子の写真や、使っているSNS、活動に興味がある人からの問合せ先などを載せています。(QR⑧)各情報が最新情報になっているか確認してください。活動内容・写真を年度途中でも変更できます。新たに掲載や変更したい場合は、浜松市子育て情報センターまでご連絡ください。

参考 QRコードはこちら



QR ①
子育てのヒント
防災豆知識



QR ②
浜松市防災
アプリ



QR ③
浜松市子育て情報サイト
ぴっぴ相談したい!



QR ④
医療ネット
しずおか



QR ⑤
浜松市休日
在宅当番医



QR ⑥
全国版救急受診
アプリQ助



QR ⑦
浜松市救命
講習



QR ⑧
子育てサークル
団体の検索

浜松市子育て情報センター

- 開館時間 午前9時から午後5時まで
※研修室、会議室及び託児室の利用は、午後9時30分まで
- 休館日 年末年始(12/29 ~ 1/3)



LINE@ 友だち登録してね!
@hamamatsu-kjc

子育てサークルを応援!

こんぱす

vol.20

SNSを上手に使う!

子育てサークルの皆様へ、よりよいネットワークづくりのヒントや情報をお届けします。ぜひ、ご活用ください。

コロナ禍に負けるな!

活動再開!新規立ち上げ大歓迎!!

参加者に安心して参加してもらうためのポイントまとめ

コロナ禍の影響で活動を休止していた団体もたくさん見られましたが、最近では、以前のように活動を再開した団体や、会場の規模や参加人数の調整しながら活動をしている団体が増えてきました。また、新規立ち上げの相談も増えています。そこで、コロナ禍でも安心して活動するためのポイントを紹介いたします。

活動を広く知らせるためのPRは、いろいろな方法で!

- ・自治会や活動の会場の掲示板に掲示してもらう。
- ・地域の見聞板で回覧してもらう。
- ・会場近くのスーパーに掲示してもらう。
- ・SNSを活用して活動日程や内容を紹介する。
- ・会員同士でグループLINEを作って、密に連絡を取り合う。
- ・近くの子育て支援ひろば・児童館などでチラシを配架してもらう。
- ・口コミは意外に威力がある。

参加できない会員やスタッフにも、こまめに連絡をとると、足が遠のいてしまうのを防ぎやすくなります。

「自分たちがうつらない」「自分たちからうつさない」ために

基本的な感染症対策

- ・「3つの密(密閉、密集、密接)」を避ける。
- ・マスクの着用 ・手洗い ・手指消毒



子どものマスク着用基準(厚生労働省)

- ・2歳未満は、マスク着用を推奨しない。
- ・2歳~未就学児は、他者との距離にかかわらず、マスク着用を一律には求めていません。マスクを着用する場合は、保護者や周りの大人が子どもの体調に十分注意した上で着用しましょう。

感染拡大を防ぐ 環境・スタッフ・参加者の管理

- 環境**
 - ・室内で活動する場合は、1時間に2回以上の換気を行う。
 - ・大声を出さなくてもよいように、マイク等を活用する。
 - ・使用したおもちゃは、消毒して片付ける。
- スタッフ**
 - ・運営者自身の健康管理を十分配慮する。
 - ・会話する時に、正面に立たない。
- 参加者**
 - ・参加者名簿を作成。参加者の体温や体調確認をし、記録する。
 - ・参加者同士の間隔は、互いに手を伸ばしたら手が届く範囲以上空ける。

※この情報は、2022年10月現在のものです。感染症拡大の状況に応じて対応は変わります。この情報は、浜松市のHPから加工したものです。

開催の判断基準は「互いの安心」が第一

- ・参加者や運営スタッフが安心して活動できる環境が判断して無理をしない。
- ・会場や、開催形式の変更などを検討してみる。
- ・参加人数より広い定員数の会場に変更したり、リモート開催に変更したり、プログラムの内容を見直してみましょう。

感染対策に役立つもの

①塩素系漂白剤(次亜塩素酸ナトリウム)やアルコール

おもちゃ消毒用の次亜塩素酸ナトリウム希釈液は家庭用漂白剤で作れます。

- 用意するもの
 - ・家庭用塩素系漂白剤(濃度が5%のもの)
 - ・水
 - ・よく洗った2ℓのペットボトル
 - ・使い捨てビニール手袋

②静岡県ホームページで最新情報を確認

開催の判断基準の参考に、「新型コロナウイルス(COVID-19)関連情報-静岡県の新型コロナウイルスの感染状況や医療ひっ迫状況等-」を確認



次亜塩素酸ナトリウム希釈液の作り方

- ①使い捨て手袋をします。
 - ②ペットボトルのキャップに家庭用塩素系漂白剤2杯を、2ℓのペットボトルに入れる。
(キャップ1杯分が5ml)
 - ③水をペットボトルいっぱいまで入れる。
 - ④よく混ぜる。※誤飲防止のため、使い切ること。
- ※濃さを5倍にすれば、ノロウイルスなどの嘔吐物処理の際に使えます。



テーマは PR強化で仲間を増やそう大作戦!! ~SNS活用のヒント~

団体活動の悩みとして必ずあがってくる“活動PRをいかに行うか?”ということがあります。かつては「ちらし」「ポスター」などの紙媒体を使っているところが多かったのですが、近年、SNSなど、インターネットを使ったPRに力を入れているところが増えていようです(詳細は、「こんばすVol.19」をご覧ください)。活動PRの方法が、世の中の流れに合わせて変化している中、皆さんが、どのようにSNSを活用しているのか、気になっている代表者が多いようです。そこで今年度の交流会では、講師を迎えSNS活用の効果と極意について、Instagramを例に学びました。



講師 島津 順子氏
(ものづくりブランドmaku代表)
雑貨や生地の販売、イベント企画・運営・広報、スカウト型マルシェ運営などを行い、SNSで情報発信。



今回の参加団体には、YouTube・TikTokを活用しているところはありませんでした。

実践! フォローしてもらえるかどうかは、プロフィールがカギとなる! Instagramを例に ~SNSのプロフィールを作ってみよう~

SNSの「プロフィール」の部分は、信頼性を高めるために、大切なところ。フォローしてもらうには、まずはプロフィールでどのような活動をしている団体なのかをしっかりと伝える必要があります。魅力的なプロフィールづくりでフォロワーを増やしましょう。

思わずフォローしたくなるプロフィールの作り方

団体のInstagramをフォローしてもらえるかどうかは、プロフィールで判断されることが多いので、プロフィール欄は大切です。実際のInstagramを例に、団体のプロフィールを作ってみましょう。

① ユーザー名と③ 名前

団体名と関係ない言葉や、個人名ではなく、団体名に数字などを組み合わせて登録しましょう。また、名前で検索されることもあるのを意識し、決めましょう。変更は14日以内に2回までできますが、ユーザー名を変更すると、URLも変更になるので気をつけて。

② プロフィール画像(アイコン)

団体のマークやキャラクター・ロゴ、なければ何をやっている団体かわかるようなものを使いましょう。Instagram以外のSNSと共通あるいは一貫性があるものにしておくと、フォローする人が安心できます。

④ 紹介文

プロフィールの自己紹介文には、説明文、連絡先等を記載することができます。また、外部リンク、ハッシュタグ、ハンドル名(@ユーザー)を記載できます。箇条書きにするなど、簡潔な紹介文にしましょう(150文字以内)。

- 記載しておく良いもの
 - ・定期的に活動を行っている場合は、活動日程や開催場所など
 - ・ホームページやブログなどのリンク
 - ・参加したい場合の連絡先や参加方法

⑤ ハイライト機能

ハイライト機能とは、24時間で消えてしまう「ストーリー投稿」をプロフィール画面で表示させることができる機能です。カテゴリに分けて表示できます。削除しない限りここに表示され続けます。

<カテゴリの例> 「活動の様子」「イベント」「〇〇あそび」等

⑥ フィード

投稿した写真・動画が表示され、第一印象を決めるものとなります。投稿した写真に、ハッシュタグや説明文をつけることができます。また、ユーザーが、コメントや「いいね」などをつけることができます。

紹介文の内容と投稿内容にズレがあるとフォローが増えにくくなります。上手な写真の撮り方については、「こんばす Vol.19」を参考にしてください。

Instagram プロフィール画面 (例)「浜松市子育て情報サイトぴっぴ」



交流会参加団体の SNS活用状況は……?



講師からのアドバイス

世の中全般のSNSの流れ

- ・LINEは、利用世代の幅が広く、ユーザー数も圧倒的に多い(資料1)。
- ・Instagramの利用が急増傾向にあり、Facebookは減少傾向にある。

SNSでうまく伝えるコツ

- ・「**読んでいない**」が6割! 読んでも1行程度であることが多いため、何度も繰り返し、切り口を変えながら伝える必要あり。
- ・「**信じていない**」ことが多いため、信じてもらうための発信(利用者の声や調査データ、自己開示したもの)をする必要あり。
- ・「**すぐに行動しない**」ことが多いため、行動したくなる発信(ユーザーの手間を省く、簡潔な申込フォーム等)をする必要あり。
- ・申込方法を複数準備する(電話、FAX、メール、WEBフォーム等)。
- ・締め切りと希少性(〇〇限定、限定〇名)を感じられると反響あり。
- ・バンドワゴン効果(多数派を選びたい行動心理)を狙え!
- ・いくつかのSNSをミックスして使うと、認知度・拡散力がUP!
- ・動画は、文章のみに比べ、理解度が7割UP! 魅力発信を具体的に伝えられる効果あり。

伝える文章

- ・1投稿1メッセージが基本。文章は、一文一意で、読む人の負担を減らす。改行がポイント。

写真

- ・上手な人のまねをしよう。画像編集アプリを活用しよう。暗く映ってしまった写真も明るくなる!

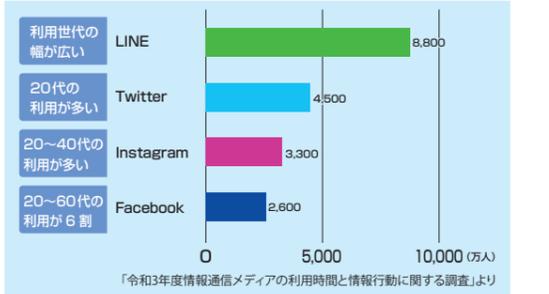
避けたい話題“さしすせそ”

- さ 災害・差別
- し 思想・宗教
- す スпам・スキャンダル
- せ 政治・セクシャル
- そ 操作ミスなどの誤投稿

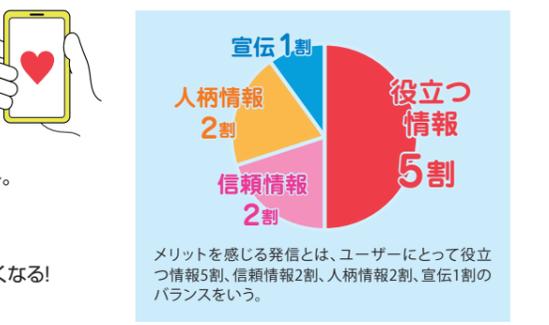
SNS活用時の心構え

- ・SNSのフォロワーが増えたからといって、集客に直結するとは限らない。大切なのはゴールの設定。
- ・SNSをやる目的は、まずは知ってもらうこと。見に来てもらうことを目指す。
- ・伝えたい世代に合ったSNS(資料1)を使う。
- ・年代に関係なく効果があるのはYouTube・Instagramと言われている。
- ・ユーザーがメリット(安心・快適・自信・満足・幸福)を感じることを発信する(資料2)。
- ・ブロックされても気にしない。

資料1 SNSの種類別ユーザー数とユーザーの特徴



資料2 メリットを感じさせる発信割合



Instagram活用について、講師に素朴な疑問を聞いてみた!

- Q** 投稿するのに時間がかかるのですが、どうすればいいですか?

A ひな形などを作っておくと、簡単にできます。

Q 読んでもらえる文章はどうすれば書けますか?

A 活動に参加してほしい人(ターゲット)を意識することが大切です。ターゲットに伝わる文章、ターゲットの心に響く内容を工夫しましょう。

Q 年度ごとに代表が変わるのですが、どうすればいいですか?

A 代表メールを個人メールとは別に設定しておき、代表メールのアドレスとパスワードを引き継いでいけば大丈夫です。

Q 写真を撮り貯めているけれど、なかなかアップできません。どうすればいいですか?

A 写真と文章、それぞれ担当者を分けると、1人の負担が少なくなります。

Q どうすれば自分たちの活動に興味を持ってくれる人とつながれますか?

A 同じような活動をしている団体のInstagramのアカウントをフォローすると、そのフォロワーがつながるきっかけになることがあります。