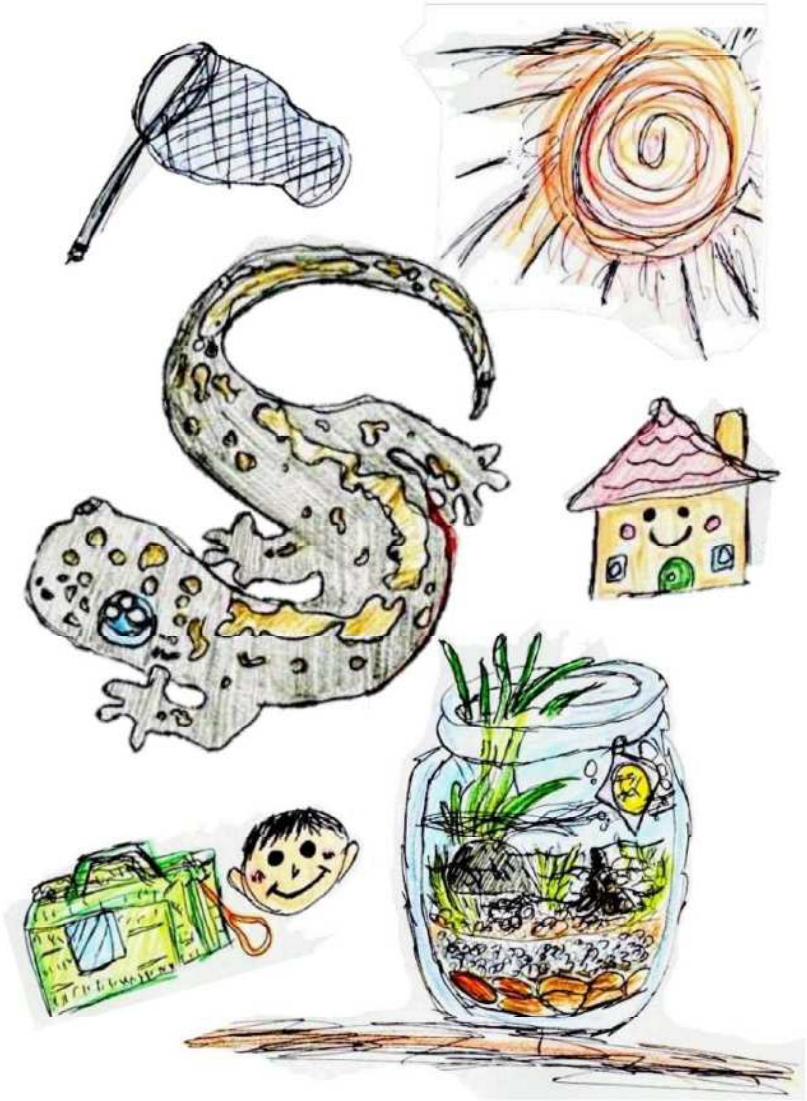
*発達障害者支援に関するグループの活動*
*・公民館主催講座紹介*

# ああすのたね

せらず　わてず　すもうや



岡山市教育委員会事務局 生涯学習部 生涯学習課 公民館振興室

# はじめに

岡山市内の各中学校区に設置している公民館では、子育て・健康・防災等さまざまな分野について学習し、学んだことを問題解決につなげる取組を行っています。その中の１つに、発達障害者に関する取組があり、定期的に学習会や座談会などを開催し、育児に悩まれている保護者や、その周りの方、地域の方がともに学ぶ機会をもっています。

この冊子には、公民館で発達障害者の支援に関する活動をしているグループ・公民館の主催講座等の情報を掲載しています。これらの情報が、必要とされている方に届き、新たな一歩を踏み出すきっかけとなりましたら幸いです。

冊子の作成にご協力いただきました

**岡山市公民館 発達障害者支援グループ連絡会（愛称：おはりんく）のご紹介**

「おはりんく」は、市内の各地域で親の会や支援グループに関わっている方々が横のつながりを作り、親としての思いを語り合ったり、悩みを打ち明けたり、それぞれの会の活動内容を話題提供したりしながら、交流している会です。

令和８年度は、11月10日(火)、３月２日(火) 10時～12時
岡輝公民館で開催します。参加を希望される方は、
公民館振興室　086-234-6015　へお問い合わせください。



操山公民館主催講座 ・「支援の必要な子と親の会 たんぽぽの会」共催

# ふらっと home ～子育てトーク会～

ふらっとｈｏｍｅでは、子育ての悩みなどを参加者みんなで話し合っています。
心配事もまずは、おしゃべりで話す（離す）ことで心を軽くしていきませんか？

専門家からアドバイスをいただいたり、ゲストスピーカーを呼んで話をしていただく回もあります。詳しくはお問い合わせください。

**日時**　奇数月　第２火曜日　　１０:００～１２:００
　　偶数月　不定期日曜日　１４:００～１６:００

**定員**　１０人程度（先着順）

**申込**　なるべく各回の５日前までにお申し込みください

**託児**　奇数月のみ対応可　要申込

☆偶数月は手作りお菓子と飲み物があります。
（菓子・飲み物代：１００円必要）



**「支援の必要な子と親の会　たんぽぽの会」とは？**

平成２３年、宇野小学校特別支援学級の親子活動からスタートしました。平成２４年より独立して活動しています。はじめは学校行事や地域行事参加のためスモールステップをしてきましたが、子どもたちのユニークな発想に支援を考え直すこととなりました。現在は子どもたちの企画を大人がサポートする活動をしています。

申込み・問合せ　岡山市立操山公民館
岡山市中区国富三丁目９-１２　　ＴＥＬ/ＦＡＸ：（０８６）２７１-５０３０
【休館日】水曜日・祝日　　【開館時間】９:３０～２１:００　日曜は～１７:００

支援の必要な子と親の会

# たんぽぽの会



**楽習会スタート！**
小学生親子企画、毎月２回、ゆる～い学習会がスタートしました。参加費1回100円。

たんぽぽの会は平成 23 年、宇野小学校特別支援学級の親子活動からスタートしました。平成 24 年より独立して活動しています。はじめは学校行事や地域行事参加のためスモールステップをしてきましたが、子どもたちのユニークな発想に支援を考え直すこととなりました。現在は子どもたちの企画を大人がサポートする活動をしています。

## 企画・体験活動



やってみたいことを「企画書」にして会へ提出。会員の「やりたいこと」を実現に向けてサポートします。

## 中高生とお母さん会



毎月１回週末午前中に、晴れの日は屋外で、寒い日、雨の日は公民館で開催。いろいろある思春期の年代限定の会は、リアルな話題、情報満載。子どもたちの参加も OK。

## 体育館活動 宇野小学校体育館

第 1. 2. 4. 5金曜日 16:30~18:00
第3金曜日 16:30~20:30
バトミントン、ドッチボールなど家族で活動できます。祝日で施設が使える日は午後に拡大版を開催。



## 宿泊体験活動



チューリップの会と合同で開催。犬島自然の家を利用して家族以外の人たちとの宿泊体験。

## 卓球活動 旭川荘厚生専門学院

第2. 4火曜日 18:30~19:30
参加費:1 家族 1 回 100 円
冷暖房完備の体育館で快適な活動です。



## バンド活動 東公民館

毎週土曜日 18:30~20:30
年会費:3,000 円
やりたい楽器、やりたい曲を演奏しています。1回100円。



## 勉強会・親子スクール・ボードゲーム会

不定期開催。体のこと、心のこと。今必要なテーマで計画します。ゲーム会 R8年度は奇数月日曜日(1回)開催。

―会員じゃなくても参加 OK―

## ふらっと home 操山公民館

奇数月第2火曜日 10:00~12:00
偶数月不定期日曜日 14:00~16:00
操山公民館と共催。どなたでも参加できるトーク会です。昨年はお子さんが就学前、学齢期の方が多く集われていました。

## ほっとステーション 東公民館

奇数月第1金曜日 10:00~12:00
東公民館での座談会。どなたでも参加できる会です。大先輩のお母さんたちも参加。様々な年代の方が集われている会です。

## 運営委員会 公民館・宇野コミュニティハウス

第3か第4日曜日　午前か午後の2時間程度

**年会費 1,000 円 各活動ごと実費負担**

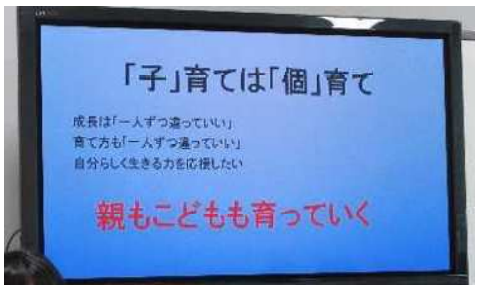
公式LINE　Facebook　@TANPOPONOKAI Instagram


**お問合せ**
kentomo510@docomo.ne.jp
☎090-7974-1840(後藤)

岡山市立上南公民館主催講座

# オレンジクローバーの会

**発達障害についての学習・情報交換と交流の場所**




オレンジクローバーの会は「発達障害についての学習・情報交換と交流」を目的に、実際に困っていることをざっくばらんに話し合える場所として2010年に発足しました。

発達障害や子育てについて、一人で悩まれているお母さんもたくさんおられます。勉強会や茶話会を通して語り合ったり思いを共有したりすることで、オレンジクローバーの会が心の支えとなり、【居場所】の一つになれたら幸いです。また、発達に課題を持つ子どもたちが「いる」ことを、地域や周りの方に知ってもらう事も支え合いの一歩だと思います。なかなかゴールの見えない子育てです。一人で抱え込まずに、みんなで頑張っていく会にしていきたいと思います。（代表：井上）

＜次回日時＞　11月7日(土)18時30分～20時30分
＜内　　容＞　座談会「クリニック選び」と
「障害者年金の申請」につて
＜会　　場＞　上南公民館
☆令和9年1月25日(月)には、作業療法士の方をお呼びしてお話しいただく予定です。



令和7年度は
こんなことをしました。

○「岡山障害者職業センターについて」
（講師：障害者職業カウンセラー　三浦晋也さん）

○「子どもをとりまくSNSについて　～孤立しない子育てについて一緒に考えよう～」
（講師：岡山県青少年健全育成アドバイザー　青野雅世さん）

○「子育てエール　～学習障害、はじめの一歩から青年期に向けて知りたいあれこれ～」
（講師：児童通所支援事業 COLORS 地域連携室長　深瀬みどりさん）

○「オレクロ同窓会！」
※これまで参加した人たちで久しぶりに集まり、近況を伝え合いながら楽しみました。



○「発達特性のある子の自立について
～本人の自立生活に向けて
家庭でできること～」
（講師：川崎医療福祉大学准教授
諏訪利明さん）



★興味がおありの方はどなたでもご参加いただけます。
まずは上南公民館へお尋ねください！！

岡山市立上南公民館　岡山市東区君津６３６
TEL&FAX　０８６－９４８－３３５２

# 「ほっとほっと」

## （発達障害をテーマとする会）

他所の公民館の勉強会で知り合った保護者同士で、「近くにも集まれる場が欲しい」「問題は毎日起きているので、早めに対応する為に」「都合が合った時いつでも来られるように」と、平成 20 年に発足し、毎月2回のペースで活動しています。

現在参加者は少なめですが、その分じっくりと話すことができています。傾聴、カウンセリングのスキルを活かして、発達障害以外の悩みに対応することもあります。

まずは、子どもを支えるお母さんが元気になれるよう、ほっとできる場所であり、わかりあえる仲間の存在は心強く、さらに、より良い人生になるようなエッセンスもプラスしています。

当初は小学生だった子ども達は、一般企業で働く大人になり、20 代、30 代、40 代の社会人の保護者、成人した孫のおばあちゃん。そして 50 代の当事者、と多彩な状況の情報交換をしながら、茶話会をしています。

まずは「ほっと」しにいらして下さい。

| | |
|---|---|
| 活動日時 | 第２・４（火）１０時～１２時 |
| 場　所 | 旭東公民館（岡山市東区西大寺松崎 310-1） |
| 対象者 | どなたでも |
| 対象地域 | 市内全域 |
| 活動内容 | 茶話会 |
| 連絡先 | 旭東公民館　℡086-943-1154 |
| 会　費 | 無料（飲み物各自持参） |

令和8年度　岡山市立旭東公民館主催講座

小学生以下の発達障害・不登校、行き渋りのある子の保護者対象

# 憩いの輪

参加費無料

## ～発達障害・不登校について話そう～

お子さんの育てにくさを感じている方、学校などの行き渋りについて悩んでいる方、同じような悩みを持つ人同士でおしゃべりしませんか。輪になっておしゃべりや情報交換することで、いつもより少し気持ちが軽くなったり、他の人のお話が自分の子育ての参考になったりするかもしれません。「参加してみたいけど、うまく話せるか不安」という方は、まずは聞くだけでもOK！一人で悩まず、同じ悩みを持つ人同士で、気持ちを共有しませんか。

参加される方みんなの、ちょっとした息抜きの場になるとうれしいです♪

【開催日】原則　毎月第1金曜日の 10:00～14:00

毎月第3月曜日の 10:00～12:00

※変更になる場合があります。旭東公民館だより「ぶどうばたけ」や、旭東公民館ホームページなどをご確認ください。

※毎回参加する必要はありません。参加したい日に、その都度お申し込みください。

【場　所】岡山市立旭東公民館　1階・第1研修室（和室）

【対　象】小学生以下の発達障害・不登校・学校への行き渋りがある子どもの保護者

（対象児本人・きょうだい児も一緒に参加できます。）託児はありません。

【持ち物】筆記用具、飲み物、必要があれば子どものおもちゃ・おやつ

【定　員】10名（先着順）

【申込方法】旭東公民館へ、電話・窓口・メールのいずれかでお申し込みください。

※前月の20日から申し込み開始（例：4月20日から、5月1日と5月18日の講座の申し込みができます。）



【申込・問合せ】≪岡山市立旭東公民館≫

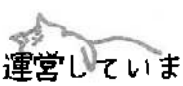


岡山市東区西大寺松崎310-1　TEL：(086)943-1154

メール：kyokutoukouminkan@city.okayama.jp

◆開館時間：9:30～21:00（日曜～17:00）※休館：水曜・祝日

旭東公民館メールアドレス

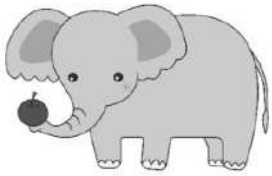


～この講座は、対象児を育てている保護者と公民館で運営しています～

岡山市立富山公民館主催事業

# ぐるんぱの会～みんなで知ろう！発達障がい～

「ぐるんぱの会」は、子育てに悩みや不安がある方、発達障がいなどがあるお子さんをもつ保護者の方、地域の支援者が集まり、悩みを話し合ったり、情報交換を行ったりしている場です。今後、学習会なども計画しています。まずはお気軽にお越しください。



会の名称の由来：絵本「ぐるんぱのようちえん」

ぐるんぱは、ひとりぼっちの大きなぞうです。ビスケットやさん、靴屋さん、ピアノ工場、自動車工場……。ぐるんぱは、色々な仕事場で一生懸命に働きますが、つくるものが大きすぎて失敗ばかり。そんなときぐるんぱは、子どもがたくさんいるお母さんに出会います。子どもたちの世話をたのまれたぐるんぱは、とても素敵なものを作ります。それはぐるんぱが作った大きなものでたくさんの子どもたちが遊べる、すてきな幼稚園でした。

西内　ミナミ　作／堀内　誠一　絵　福音館書店[ＨＰより出典]

＜日　時＞　原則として毎月第３土曜日　１４：００～１６：００

＜場　所＞　富山公民館

＜対　象＞　保護者、支援者、地域の福祉や教育支援活動に関心のある方など

＜実　費＞　１００円（お茶代）

＜託　児＞　公民館へ事前申し込み（開催日の１週間前までに）
託児料：子ども一人につき３００円（当日集金）

☆専門知識をもつ地域の支援者
主任児童委員、児童家庭支援センターの相談員、学校園の支援に携わる方、障害福祉サービス事業関係者の方なども参加されています。

☆計画中の学習会
発達障がいに関する学習会などを予定しています。（６月に性教育をテーマに行う予定です。）内容が決まり次第、チラシや公民館だより等でお知らせします。

＜お申し込み・お問い合わせ＞

岡山市立富山公民館
岡山市中区福泊２４６-1
電話・ＦＡＸ：（０８６）２７４－０８２７
Ｅメール：tomiyamakoumin kan@city.okayama.jp
休館日：水曜日・祝日・年末年始（12 月28 日～１月４日）

令和８年度 岡山市立 東山公民館主催事業

Himasapo

発達障がいに関する情報交換・交流・学習の会

# ひまわりサポーターズクラブ

“発達障がい”について、よく知っている人も、今 悩んでいる人も、昔 悩んでいた人も、
これから知りたいと思っている人も、“発達障がい”の言葉を聞いたことがない人も。

**この会では“発達障がい”に関する情報交換や交流イベント・勉強会をしています。**

**興味・関心のある方なら、どなたでも参加できます。お気軽にご参加ください。**

## 定例会

お茶&お菓子を囲んで、日頃の困りごとや疑問に思っていることなどをお話ししましょう。同じ悩みを持つ様々な年代の人と交流すれば、心のモヤモヤがちょっぴり晴れるかもしれません。たわいないおしゃべりをしたり人の話を聞いたりするだけでも、きっと楽しいですよ♥

★日　時：原則 毎月第４木曜日 10:00～12:00

〔予定〕4/23、5/28、6/25、7/23、8/27、9/17、10/22、11/26、1/28、2/25、3/25

＊変更することもありますので、初めて参加される方は確認しておいでください。12月はありません。

★場　所：岡山市立東山公民館

★参加費：飲物＆お菓子代 １００円（初回は無料です）

＊時間内の出入り自由、途中参加や退席 OK です！お子様連れの参加も大歓迎！



## 夜のひまサポ

**黒田みきこ先生を囲んで茶話会**

～普段の子育ての困りごとなど、ゆっくりお話ししましょう～

★日時 １１月７日（土）１８時～２０時

★講師 黒田 みきこさん(社会福祉法人 閑谷福祉会 理事)

★参加費 100 円（大人のみ・お茶菓子代）

★定員 大人２０人 ※事前申込み必要。

☆託児はありませんが、子どもさんの同伴も OK です。申込時にお知らせください。



## ひまサポ勉強会

**「できない」をどう支える？**

～「できなくても困らない支援」と「できるようにする支援」～

★日時 １２月２６日（土）１０時～１２時

★講師 祇園 知克さん（とも塾主宰）

★参加費 100 円（大人のみ・お茶菓子代）

★定員 大人２０人 ※事前申込み必要。

☆託児はありませんが、子どもさんの同伴も OK です。申込時にお知らせください。

☆終了後、祇園さんを囲んでランチ会を予定しています（希望者のみ）。

## 子どもを交えた交流イベント（夏休みカレー会、クリスマス会など）

詳細が決まったら定例会参加者に別途ご案内します。調理や工作などの作業を通じ、子どもの成功体験や、保護者の気づきを増やしていきます！



## 交流ランチ会

お店でランチ？それとも公民館でお弁当ランチ？


◆主催・会場 岡山市立東山公民館

〒703-8282 岡山市中区平井四丁目 13-33

TEL/FAX 086-276-6202

e-mail : higashiyamakouminkan@city.okayama.jp


開館時間 9:30～21:00(日曜日は 17:00)

定例会に初めて参加される方は電話・eメールなどで確認しておいでください。←こちらからもどうぞ！

休館日 水曜日・祝日（水曜日と祝日が重なったら翌木曜日も休館）

# 子育て座談会 Sunny（サニー）

お子さんの発達に不安があって支援が必要と感じている方へ。
sunnyには、‘‘‘子育ての困り感や悩みを話して気持ちが
晴れやかになる場所’’’という想いが込められています。
悩み解決の糸口を見つけるお手伝いができるかも。
申込みは不要です。ぜひお気軽にご参加ください！



参加は無料♪



毎月 第3火曜日開催！

10:00-12:00

岡山市立岡輝公民館

北区旭本町1-80





主催・お問い合わせ

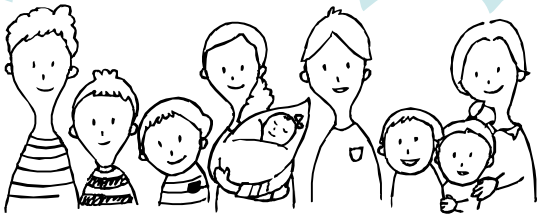

岡山市立岡輝公民館
086-222-0855
koukikouminkan@city.okayama.jp
Instagram@sunny_ko_ki

主催：御南西公民館／御南中学校区地域支え合い活動実行委員会
協力：社会福祉法人　南野育成園

岡山市北区区づくり推進事業
地域支え合い活動『ハチドリのひとしずく』

# 子どもの育ちを考えよう

## ～多様な子どもの育ちを支えるために～



参加費無料

要申込

発達の特性があるお子さんの子育てについて、安心して話せる場所です。
「子どもの関わり方に悩んでいる」「学校や園での様子が気になる」
「同じ立場の人と話してみたい」「まずは話を聞いてみたい」
という方はぜひご参加ください。
日々の子育ての中で感じていることをおしゃべりしながら相談したり、情報交換したりすることで、気持ちにゆとりができる時間にしませんか？

開催日

**第４木曜日**
**10:00～12:00**

※7月・9月は第2木曜日に開催します。
※4月・8月・12月・3月はお休み。

対　象：発達の特性のあるお子さんの子育てをされている方や関心のある方
※　お子さま連れの参加可能
参加費：無料（要申込）

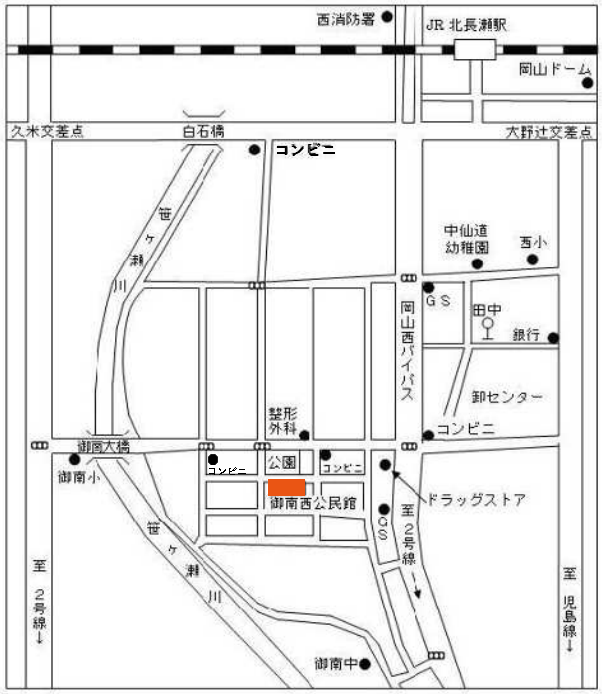
【場所】

岡山市立
**御南西公民館**

〒700-0951
岡山市北区田中157-110

事業について詳しくはこちら

ホームページ　Instagram




お問合せ
岡山市立御南西公民館
(086)244-1855

# 来た時より笑顔で帰れる場所

「うちの子ってみんなとちがう？」そんな不安を抱える時。こどもは１人ずつ違うのに育て方はよくわからない。こんな時こうしたよ。こんな考え方があるんだよ。の話ができる居場所。ほんの少し肩の力を抜いて子育てしていこう。



# 子育て応援サークル
# カンガルーポー

カンガルーポーは発達に課題を抱えるお子さんを育てる保護者の会です。子育てに関わる方ならどなたでも参加できます。雑談からご相談まで何でもOKな気軽な会です。リクエストによりミニ講座も開催。

## 上道公民館
## 第2月曜日　10:00～12:00

参加費300円（お茶と菓子付き）
祝日や講演会等で変更になる場合があります。
公式LINE等でご確認をお願いいたします。



年3回は上道公民館主催講座として講演会を行います。
公民館主催講座は無料です。


**主催**
**NPO法人みんなの劇場おかやま**
**k-g-saidaiji@mx31.tiki.ne.jp**


公式LINE

協力団体：NPO法人　Pro Bono Rehabilitation services
こども発達LABO　ProリハSTEP

岡山市教育委員会事務局　生涯学習部
生涯学習課　公民館振興室
〒700-0903 岡山市北区幸町１０－１６
（西川アイプラザ４階）
TEL　０８６　２３４　６０１５
✉ kouminkanshinkoushitsu@city.okayama.jp

令和８年１０月発行