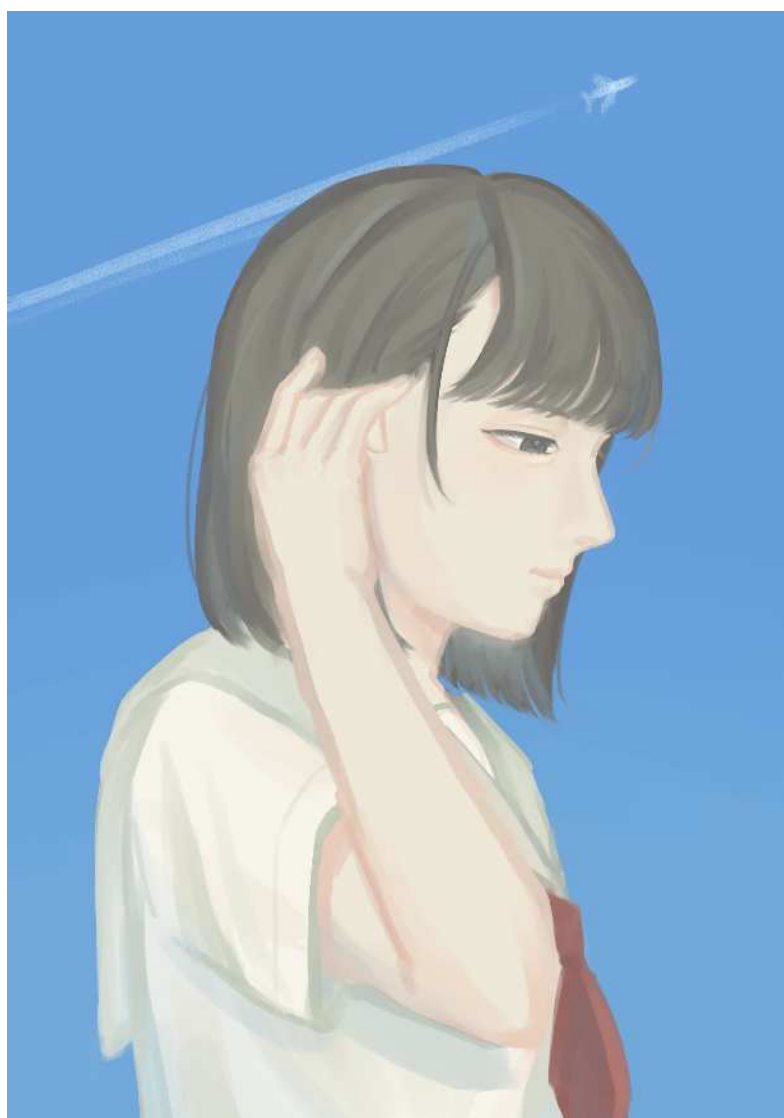


発達障害者支援に関するグループの活動
・公民館主催講座紹介

ああすのたね

せらず わてず すもつや



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、新たな一步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。

■奇数月の第1火曜日、10時～12時 岡輝公民館で開催
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。



発達障害定例座談会

あおぞら

「あおぞら」は、保護者・祖父母・当事者・支援者などさまざまな立場・世代の方々が集まり、情報交換を行う場です。

もっと語りたい、もっと知りたい！ 語れば気持ちが楽になり、みんなで悩めばヒントが見付かるかも知れない…を合言葉に開催しています。

長期休み等、お子さんと一緒に参加も大歓迎☆ ぜひ一緒にお話してみませんか。

子育ての先輩が相談に乗ってくれますよ！

令和7年度 日程 いずれも 10:00～12:00

※ 原則第1金曜日に実施していますが、日程に波線が付いている日は定例日から変更しています。なお、都合により実施日が変更になる場合があります。

4月4日(金)	5月2日(金)	6月6日(金)
7月4日(金)	8月1日(金)	9月5日(金)
10月3日(金)	11月お休み	12月5日(金)
1月8日(木)	2月6日(金)	3月6日(金)

★ 参加費：無料

★ 会 場：岡西公民館

いつでも申し込み可能です。

年間を通して参加されたい方はその旨をお知らせください。

★ 申し込み・お問い合わせ 岡山市立岡西公民館

岡山市北区下伊福西町1-48 電話・FAX：253-7581

Eメール: kousaikouminkan@city.okayama.lg.jp

開館時間 月・火・木・金・土曜日 9:30～21:00 日曜日 9:30～17:00

休館日 水曜日、祝日、年末年始(12/28～1/4)、水曜と祝日が重複した場合は翌木曜日も休館。

子どもの多様な育ちを応援する会おばーる

子育て座談会

おばーるトーク会

個性豊かな子どもたちは、
光の当たり方によってそれぞれ異なる光を放って輝く
宝石の“オパール”のような存在♪

「この子らしい輝きを生かして欲しい！」
でも時々「どうしたらいいのかしら」と、思う事はありませんか？

「うちの子、ちょっと他の子と違うかも...」
「子どもが園や学校に行きたがらない」
「もしかして、この子の個性が環境に合わないのかな？」
「みんなこんな時はどうしているの？」

おばーるさんを育てる保護者さん、一緒におしゃべりしませんか？
多様な育ちを応援したい方、吉備地区以外の方々も、どうぞ！

- 日 時：偶数月 第3日曜日 10:00～12:00 他不定期
- 場 所：岡山市立吉備公民館（庭瀬416）
- 対 象：幼児から中学生までのお子さんをお持ちの保護者さん
託児希望の方はご相談ください。
- 定 員：6組
- 参加費：無料
- 申込み・問合せ： info@npo-attane.com
080-3874-4701（成田）

メール QR コード



【2026 年度開催日程】

4月19日(日)	6月21日(日)	8月16日(日)
10月18日(日)	12月20日(日)	2月21日(日)

主催



NPO法人 Attane

ひだまり KIDS



子育てで困っていることを話してみませんか？

すぐに解決はできないかもしれないけど、

思わぬところでヒントが得られるかもしれません。

お母さんと子どもはもちろん、その兄弟も含めてみんなでつながろう…

仲間づくりを目指します。

地域とのつながりを密にして、ひとりではなく、たくさんの大人の目で
子どもを見守ってあげられるようになりたい…そう願っています。

- ・対象者：障がい児（者）を育てている保護者・支援者
（北区中央管内やその近隣）
- ・活動場所：大元公民館（岡山市北区大元上町 10-31）
- ・活動日時：不定期開催
- ・内容：語り合い聴き合いの会等

ひだまりでほっこりして、まずは肩の力を抜きましょう。

そして次への元気をチャージしましょう！

<問い合わせ先>
北区中央保健センター
086-803-1265

チューリップの会

(子どもの社会参加を考える会 in 京山)



地域の中で孤立しがちな支援が必要な子ども達をお仕事体験を通じて地域の人に理解してもらい、受け入れてもらう。また、子ども達がお仕事体験を通して地域に受け入れてもらえることで自己肯定感や達成感をもち成長する。難しい子育てに立ち向かう保護者達が孤立しない地域づくりの一助になればと思い活動しています。

参加者・サポーター随時募集しています。お気軽にお問い合わせください。

【年間行事・活動日時・場所】

京山公民館を中心に活動しています。
主な年間行事は右表をご覧ください。

運営委員会：月1回 京山公民館にて
お仕事体験：協力企業にて（前期・後期）
子育てトーク：京山公民館にて（年5回）
卓球教室：第1・第3月曜日 伊島小学校にて
囲碁教室：第1・第3火曜日 京山公民館にて
体操教室：隔月 土曜日 京山公民館にて
教育・就労・自立を考える会：第3火曜日 市役所・公民館等にて

【対象者・地域】

現在は小学生から20歳程度の社会参加に支援が必要な子ども達をもつ保護者・支援者（サポーター）が参加しています。京山地区に在住の方が中心ですが他地区からの参加もあります。

【会費】年間1,000円（入会金1000円 但し、初年度年会費なし）

【連絡先】osgt_kyoyama@yahoo.co.jp

1年の主な行事

6月 総会
7月 発達障がい理解と支援講座
8月 夏休みお仕事体験
犬島一泊研修
9月 市役所パネル展示
10月 きらめきプラザパネル展示
11月 お仕事体験（積善会まつりにて）
12月 懇親会
1月 お仕事体験（ESD みんなのカフェにて）
2月 佐藤先生を囲む会

お仕事体験（谷本園様夏休みお仕事体験）

お仕事体験の手引き～楽しいお仕事体験のために～

1. お仕事の内容（その日によって作業の内容が変更）

- ・お花の手入れ
（お花を保護するビニールをはすす。色分け）
- ・お店の清掃
- ・お花を包む新聞紙の準備
一連の体験を通して、仕事の意味を感じ取り、スタッフの一員としてやり遂げる達成感を味わう。

2. サポーターさんの役割

子どもの様子を見ながら、迷い、つまづいている様子があれば手伝い、作業がうまくいくよう手助けする。
（わからないことを担当者に質問させるなど、個性にあわせて本人のできることを促し、問題の解決方法を体験させる。）

親子体操教室

自分のことは後回しになりがちな母親たち。気がつけばあちこち痛みがあるまま日々の生活。

肩こり、姿勢改善、体力作りなどなどコーチにはそれぞれお悩みに合わせたストレッチをご指導いただき身体をほぐしていただきました。

簡単なストレッチでも軽く汗をかき、心も身体もほぐすことが出来ました。

お仕事をするにも体力が必要になってきます。

筋トレをしたり指導を聞きながら身体を動かしたり。子どもたちも楽しみながら参加することが出来ました。



子育てトーク

『喋って、聞いて…孤立しない子育て』

地域の子育て支援事業として、岡山市京山学区 ESD・SDGs推進協議会に協力して京山公民館で、子育てに関するフリートークの会を年6回開催しています。

毎回、ノートルダム清心女子大学の湯澤美紀先生や、岡山市発達障害者支援センターの先生などのアドバイザーを迎え、他ではなかなか話せない悩みに、先生方のあたたかく、前向きになれるお言葉や、少し先を行く保護者からの経験談などもりだくさんです。子育てトークのあった日は心がほっこりし、「一人じゃない」という安心感に包まれます。

卓球教室

新しいメンバーが加わり、一段と賑やかになりました。

子どもたちの上達ぶりには目を見張るものがあり、親はついていけなくなっていますが、リフレッシュ＆シェイプアップを目指して頑張っています！

囲碁教室

日本棋院囲碁普及指導員の松尾先生に教えていただいています。

教えて頂きながら先生と対戦したり、メンバー同士でおしゃべりしながら対戦したり、楽しい時間を過ごしています。

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『ハチドリのひとつく』

子育て座談会 ～発達障害を考えよう～



参加費
無料

要申込

発達障害のお子さまの子育てで悩んでいる皆さん、
発達障害を知りたい皆さん、
おしゃべりしながら悩みを相談したり、情報交換したりしています。
特性に合わせた配慮が必要なお子さまの子育てをする中で
自分自身やお子さまを見つめる機会にしませんか？

開催日

第3火曜日
10:00～12:00

※令和7年度は4月・8月・12月・3月はお休み。

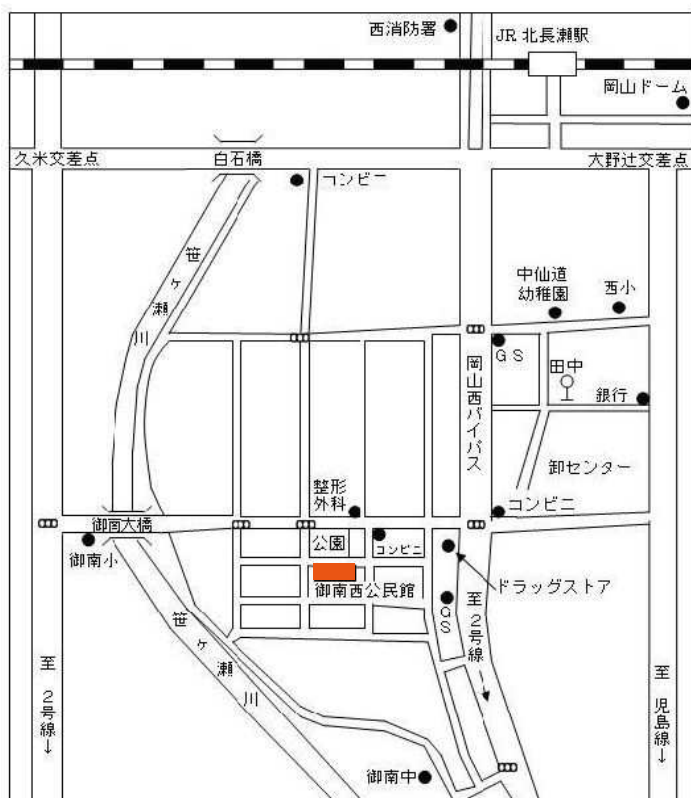
【場所】

岡山市立
御南西公民館

〒700-0951

岡山市北区田中157-110

詳しくはこちら ➡



私たちはESDを応援しています。
ESDは持続可能な社会づくりを目指す活動です。

お問合せ

岡山市立御南西公民館
(086)244-1855

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 不特定日曜日 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