

公民館クラブ講座
主催講座として
開催されているもの

令和5年度 岡山市立一宮公民館主催講座

にじいろ

～発達凸凹の子と親の会～

「ちょっとうちの子他の子と違うかも?」「学校(園)になじめない…」

子育てに悩みはつきもの。子育てで気になることや困ったこと、話したいこと、聞きたいことなどを気軽に話しませんか。

話すことで少し気が楽になる、そういう場をめざしています。

この他にも年に数回、参加者の方の声をもとに発達や子育てに関する学習会などを実施予定です。

*地域で多様な子育てを応援したい方もご参加いただけます。

【日 時】 原則、第2火曜日 10:00～12:00

《令和5年度予定》

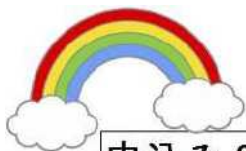
4/11、5/9、6/13、7/11、8/8、9/12、10/10、11/14、12/12、
1/9、2/13、3/12

【場 所】 一宮公民館 2階(第1・第2講座室)

【参加費】 無料

【持ち物】 飲み物、筆記用具。お子さん連れの方はおもちゃなど。(託児はありません)

**【申込み】 変更や中止になる場合がありますので、必ず事前に公民館へお申込みください。
窓口、電話、2次元コードで受け付けています。**



申込み&問い合わせ

岡山市立一宮公民館

〒701-1211 岡山市北区一宮 638-1

電話:086(284)6224

なかよしの会

大元公民館主催



なかよしの会は、2018年6月に発足した「発達障害など支援が必要な子どもたちの親の集まり」です。月に1回集まって、困りごとを相談しあったり、事業所などの情報交換をしたり、支援について勉強したりしています。

診断の有無や所属にかかわらず、子育てで困っていること、知りたいことなどがありましたら、お気軽にご参加ください。

代表

大元学区で3人の子育てをしています。子どもの特性を理解していきつつ、ママの息抜きの会になってほしいです。

副代表

支援学校に通う重度知的障害の子どもがいます。重度だからこそ、地域と繋がりたい、なかよしの会に参加しています。

2023 年度 なかよしの会 活動日

- ・☆印の月は「勉強会」を予定しています
- ・都合により、日程が変更になることもあります
- ・内容など詳しくは公式 LINE の案内を確認してください

4月3日

5月1日

☆6月5日

7月3日

☆8月7日

9月4日

10月2日

11月6日

12月4日

1月お休み

2月5日

3月4日

開催日時

毎月 第一月曜日 10時から 12時まで

開催場所

大元公民館 1階 福祉室

参加するには…

公式ラインに登録の上、毎月届く開催案内から参加申し込みをしてください

登録方法

- ①下記の二次元コードを読み込み、「追加」ボタンを押す
- ②LINE のトーク画面に「友達追加ありがとうございます」とメッセージが表示される
- ③ご自分の名前を送信して登録完了

参加方法

- ①管理者(代表)より次月座談会申し込みのお知らせが LINE に届く
- ②申し込みフォームに必要事項を入力、送信して申し込み完了!
- ③当日、時間までにお越しください

★なかよしの会公式 LINE★
管理者は代表(小坂)です。



お問合せ

大元公民館／岡山市北区大元上町 10-31
TEL (086)241-8526

たんぽぽネットワーク

支援の必要な子どもたちの教育を考える会

たんぽぽネットワークは、支援の必要な子どもの保護者を中心に、子どもたちの教育環境をよくするために活動している会です。

岡山市内の小中学校の特別支援学級・特別支援学校等の教育環境や福祉制度などについて学んだり情報交換したりして、それらを改善するために取り組んでいます。また、子育てに関する不安などについて相談したり話し合ったりしながら、就学前から高等部卒業後までのライフステージ全般について考え、運動し、安心して子育てのできる社会を目指しています。

子育てについて

ひとりで悩んでいませんか？

主な活動内容

- ・ 情報交換、学習会
- ・ 岡山市教育委員会、保育・幼児教育課、地域子育て支援課、発達障害者支援センター、障害福祉課等との懇談(8月頃)
- ・ 岡山県教育委員会特別支援教育推進室との懇談会(8月頃)
- ・ 古備公民館文化祭のパネル展示で活動の紹介(11月)
- ・ 先輩保護者の話を聞く会 など

子育てや小学校への就学、教育環境について情報交換をしましょう！

- ◎ 支援の必要な子どもの教育に関する状況や課題について話し合い、教育環境をよくするために活動する。
- ◎ 子どもをとりまく社会の仕組みや子育て支援などについて学習する。
- ◎ 支援の必要な子どもの親たちのネットワークを作り、交流を図る。

私たちは、弱い子どもたちの立場に立って考えることが、ハンディキャップの有無にかかわらず、全ての子どもたちのためになるものと考えています。

定例会（ミニ学習会や情報交換をしています）

日時：偶数月の第1土曜日の 14:00～16:00

場所：吉備公民館

参加費：1回につき200円（資料代等）

奇数月の第1土曜日は、世話人が集まり、世話人会で、県や市への要望内容や学習会の計画等について相談しています。

- ・ 地域の保育園、小学校への就学、学校での様子などについて情報交換をしています。
- ・ 途中からの参加やお子さん連れの参加も大歓迎です。
- ・ たんぽぽネットワークには、様々な立場の人が参加しています。悩みや困っていることを相談しあったり、個人では得にくい情報を交換したりしています。
- ・ 行政に声を届けて、支援の必要な子どもの子育てや教育に関わる環境をよりよいものにしていきましょう！



たんぽぽネットワークに関するご質問・お問合せ

メール: acorn0607@pdx.ne.jp

TEL: 070-5054-2436 (フルサワ)

Facebook [たんぽぽネットワーク](#) で検索

「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ることができます。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 TEL086-943-1154
会 費	お茶代として参加費100円

トモスカイ 津高



発達の凸凹って何だろう？ トモスカイって何だろう？

学校生活や日常生活などにお困りを持つお子さんやその家族、そして支えてくださる地域の方の集いの場がトモスカイです。ネット情報ではなく、生で体験談を聞いたり、伝える事で知識や感情を共有できます。子供の成長は千差万別ですが、参考になる意見も多いと思います。気さくな方ばかりなので、初めての方でも安心して話に加わることができます。「一人で悩む時間が増えてきた」と感じている方はぜひ参加してみてください。



活動内容① 座談会 毎月第2火曜日

参加者の方同士、情報交換や、日ごろの悩みを相談したりしています。育児に限らずいろんな話題で盛り上がっています。くつろぎの時間を持つことで、帰るときには笑顔になり、明日への活力がみなぎります。

活動内容② 講演会・勉強会

年に一、二度、教育専門家や、医療専門家、経験豊富な当事者などのお話を聞きます。いろいろな物の見方・考え方を養えます。

活動内容③ お楽しみ活動

年に一、二度、体を動かしたり、イベントを楽しんだりします。詳細は公民館だよりに掲載します。

毎月第2火曜日 10時～12時

津高公民館 研修室

※公民館の運営状況により、予定を変更する場合があります。

お問い合わせ：津高公民館 086-294-4222

発達障がい定例座談会

あおぞら

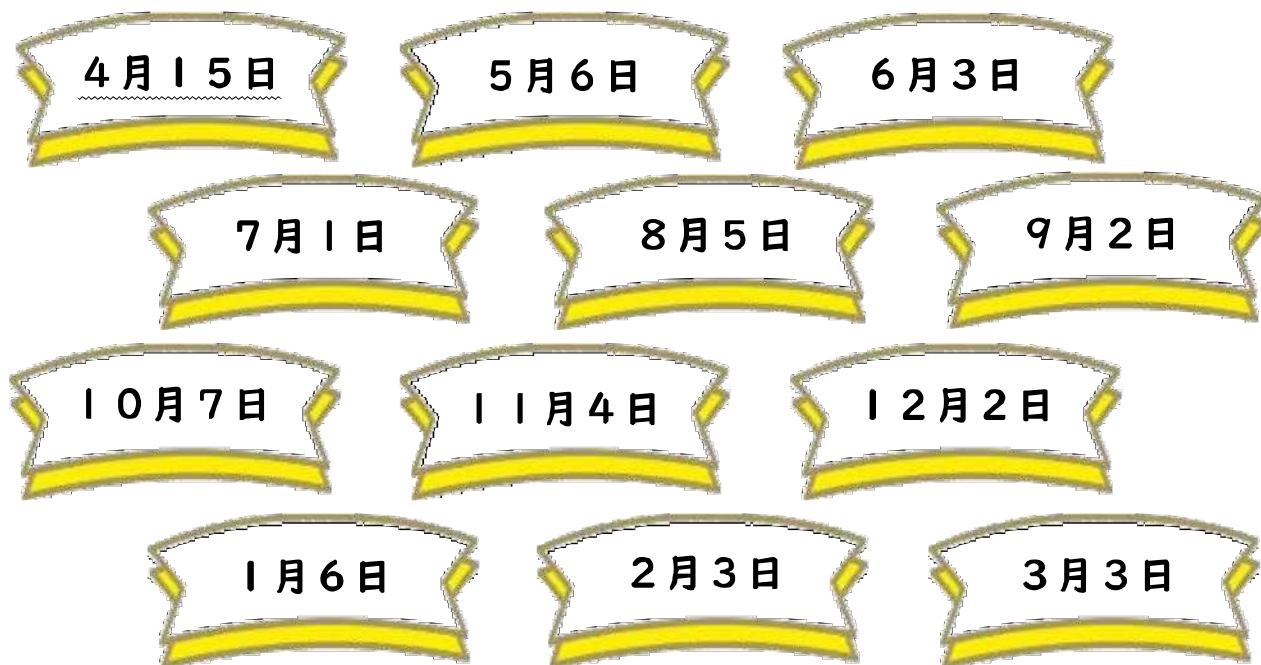
令和4年度 日程 いずれも 10:00~12:00

※都合により変更になる場合があります。

「あおぞら」は、いろいろな地域に住む、保護者・祖父母・当事者・支援者などさまざまな世代の方々が集っています。

もっと語りたい、もっと学びたい！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…語り合う時間を大切に、時には専門家をお招きして学習したり、時にはリフレッシュできることをしたりetc…可能性は無限大！

長期休み等、お子さんと一緒に参加も大歓迎☆ぜひ一度、一緒にお話してみませんか。



★参加費：無料


★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：253-7581





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。こういう方法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。代表は深瀬みどり(心理カウンセラー)です。基本はフリートークですが、リクエストでミニ講座等も行います。

毎月第2月曜日
場所 上道公民館
時間 10時～12時


会費300円。日時は変更する事があります。講師をお招きしての学習会や自然体験等の楽しいイベントもしています。年に3回、上道公民館との共催による講座を行います。

主催

[NPO法人みんなの劇場おかやま](mailto:k-g-saidaiji@mx31.tiki.ne.jp)
k-g-saidaiji@mx31.tiki.ne.jp



瀬戸内市でも開催しています。
ご自身の都合に合わせてどちらでも参加してください。



オレンジクローバーのオレンジはカラーセラピーでは【交流】を意味し、クローバーはよく繁殖する植物ということから【広がる】をイメージして名付けました。

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、実際に困っている事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】の一つになれば幸いです。また、発達に課題を持つ子どもたちが「いる」ことを、地域やまわりの方に知ってもらえる事も支え合いの第一歩だと思います。なかなかゴールの見えない子育てです。ひとり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えます。みなさんどうぞよろしくお願いいたします。(代表：井上)

<日 時> 原則 奇数月第4月曜日 10:00~12:00

<会 場> 上南公民館 2階集会室

<対 象> 発達障害に興味・関心のある方ならどなたでも

<参加費> 無料(内容によっては実費必要)

<申込み> 必要

★こんな活動をしています！

発達障害に関する座談会や学習会などを、毎回テーマを変えて行っています。親子で料理や陶芸などの体験活動を行ったこともあります。お子さんと一緒に参加することも可能です。お気軽にご参加ください。

申込・問い合わせ 岡山市立上南公民館
岡山市東区君津636 TEL&FAX 086-948-3352
✉ jounankouminkan@city.okayama.lg.jp
開館時間 9:30~21:00(日曜日 17:00 まで)
休館日 水曜・祝日



「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お母さんたちが遊べる、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、地域の福祉教育支援活動に関心のある方など

＜参加費＞ 無 料

＜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）

＜お願い＞ ※来館前に検温の上、マスクを着用してご参加ください。
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため茶菓子等は提供していません。
飲み物が必要な方は、各自でご持参ください。

☆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、先輩保護者の体験談を聞く会など。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：tomiyamakouminkan@city.okayama.lg.jp

休館日：水曜日・祝日・年末年始（12月28日～1月4日）

ほっとステーション

申し込み不要・参加無料

日時：5月12日、7月7日、
9月1日、11月10日、
1月5日、3月8日

※すべて金曜日、午前10時～12時

情報交換をしたり、お互いの悩みや気持ちを語り合ったりしています。
障がいとともに生きる上での悩みや葛藤を家庭だけで抱えこまない為に、さまざまな人たちの愛と理解でつながっていかれたらと考えています。
心の中を語ることで次の一歩につながっていく、そんなステーションを目指しています。誰かに聞いてもらだけでも気持ちが楽になりますよ。
保護者の方、支援者、地域の方、どなたでもご参加いただけます。
どうぞお気軽にお立ち寄り下さい。

問い合わせ…
岡山市立東公民館
岡山市中区高屋344-1
Tel 086-271-1911

開館時間：午前9時半～午後9時（日曜は午後5時閉館）
休館日：水曜日、祝日（祝日が水曜日と重なった場合は翌木曜日も休館）、年末年始（12/28～1/4）





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、今、悩んでいる人、昔悩んでいた人、
“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”に関わる人たちの情報交換や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ることで、心のモヤモヤが軽くなるかもしれません。

★日 時：原則 毎月第4木曜日 10:00～12:00

*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。

★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！



<ひまサポ勉強会>

発達障害に関わるさまざまな立場の方をお招きしての勉強会を年に数回開催しています。

詳細が決まり次第、ちらしや東山公民館だよりに掲載してご案内します。

(※参加費無料、事前申込みが必要です。)



<夜のひまサポ> 年に1~2回開催
令和5年度は、

**「黒田みきこ先生を囲んで茶話会
～ゆっくりお話ししましょう～」**

★日時 令和5年11月18日(土)18:00～20:00

★講師 黒田 みきこ先生

(にじいろスクエアせとうち)

★参加費 無料 ※事前申込み必要。

※同じ部屋の一角に子どもスペースを作ります。なお、託児はありません。



★こんなこともやってます！！

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 お店に出かける？それとも公民館でお弁当にしましょうか？



◆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.lg.jp

開館時間 9:30～21:00(日曜日は17:00閉館)

休館日 水曜日・祝日・年末年始(水曜日と祝日が重なったら翌木曜日も休館)



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！

～気軽に交流&学びの場～

みんなで学ぼう発達障がい

発達障がいについて、理解を深め、自分が困っていることや感じていること、思っていることなどを話し合える気軽な交流&学びの場です。
どうぞお気軽にご参加ください。

回	日時	内容
1	5/15(月) 10～12	座談会
2	7/10(月) 10～12	『アイムヒア 僕はここにいる』を見よう
3	9/11(月) 10～12	ミニ学習会&座談会
4	11/20(月) 10～12	「放課後等デイサービス Rapo Lab★」見学
5	1/29(月) 10～12	検討中
6	3/11(月) 10～12	ミニ学習会&座談会



*講座日程等の変更や中止となる場合がありますので、参加時にはご確認をお願いします。

- 会場 福浜公民館
- 対象 発達障がいに関心がある人・学びたい人…どなたでも
- 会費 無料
- 申込み 出来るだけ参加希望日の3日前までに電話・Eメール
または公民館窓口でお申込みください。
- 問合せ先 岡山市立福浜公民館

岡山市南区福富中1-16-22

TEL/FAX (086)265-4835

E-mail fukuhamakouminkan@city.okayama.lg.jp



↑
Eメールでの申込



ありんこクラブ

ありんこクラブでは、発達障害について情報交換をしたり、学習会をしたりしています。発達障害の当事者の方、そのご家族の方、お気軽にご参加ください♪



こんな人が
参加しています

* * * * *
・子どもが発達障害を持っている人
・自分も発達障害の特性を持っている成人の方
* * * * *

♪3つの約束で、楽しくやっています♪

①話したくないことは「パス」OK! ②ここでの話は外ではしない ③お互いを思いやる気持ちで話そう

- 日 時：原則毎月第4金曜日 10:00～11:00
(変更や中止の場合があります。必ず事前にお申し込みください。)
- 場 所：岡山市立万富公民館(岡山市東区瀬戸町万富 257)
- 対 象：発達障害当事者とその家族
- 定 員：各回5名程度(先着順) ●参加費：お茶菓子代100円(当日集金)
- 持ち物：水筒、筆記用具、お子さん連れの方はおもちゃなど
- 託 児：託児はありません。お子さんと一緒に参加希望の方はお知らせください。
- 申込み：必要。来館または電話でお申し込みください。(電話:086-953-0610)

※発達障害は、生まれつきみられる脳の働き方の違いにより、幼児のうちから行動面や情緒面に特徴がある状態です。そのため、養育者が育児の悩みを抱えたり、子どもが生きづらさを感じたりすることもあります。発達障害があっても、本人や家族・周囲の人の特性に応じた日常生活や学校・職場での過ごし方を工夫することで、持っている力を活かしやすくなったり、日常生活の困難を軽減させたりすることができます。(厚生労働省のホームページより)

【主催・申込み・問合せ】岡山市立万富公民館(水曜・祝日休館)
岡山市東区瀬戸町万富 257 電話(086)953-0610

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させていただく
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 子ども1人300円。要申込。

☆飲み物は、各自お持ちください。



「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

主催：御南西公民館／くらしのたね
協力：社会福祉法人 南野育成園

子育て座談会 ～ 発達障害を考えよう ～



参加費
無料

要申込

発達障害のお子さん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、
お喋りしながら情報交換したり、勉強したりしながら、
自分自身やお子さんを見つめ直す機会にしてみませんか？
月1回、座談会を開催しています。

開催日

第3月曜日

※第2月曜日の月もあります。
詳細は裏面をご覧ください。

10時～12時

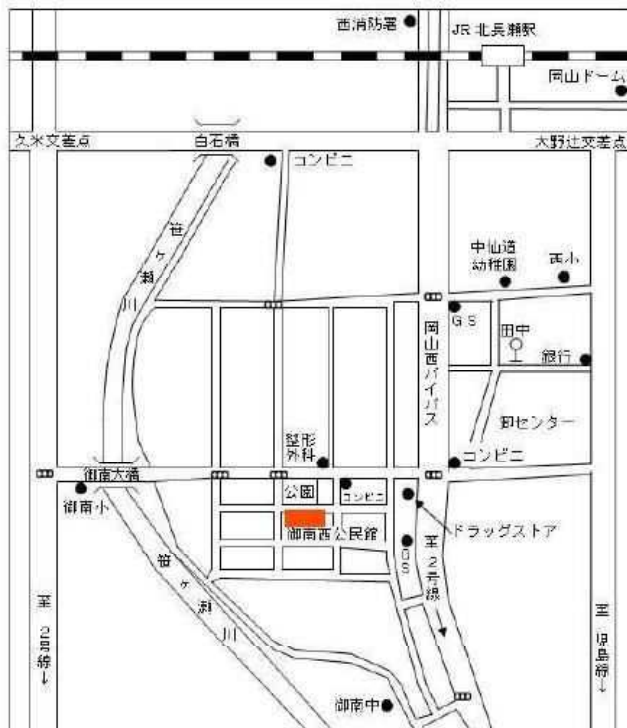
【場所】

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HPにて】



くらしのたね Q

<http://www.kurashinotane.jp/>

f フェイスブックもやっています！



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization



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。

問合せ

岡山市立御南西公民館
(086)244-1855

裏面もごらん下さい



子育て座談会

主催：御南西公民館/くらしのたね

協力：社会福祉法人 南野育成園

～発達障害を考えよう～

- ◆ 参加費無料・申込必要（毎回定員 15 人）
- ◆ お子様連れでも参加もできます。
- ◆ 感染症予防のためマスクを着用下さい。
- ◆ 体調が悪い場合は来館を控えて下さい。

令和4年度 スケジュール

回	日 時	内 容	会 場
1	4月18日（月） 10～12時	座 談 会	1階 研修室
2	5月16日（月） 10～12時	座 談 会	1階 研修室
3	6月20日（月） 10～12時	座 談 会	1階 研修室
4	7月11日（月） 10～12時	座 談 会	2階 第2講座室
5	8月8日（月） 10～12時	こども哲学 ※ 子ども対象。保護者は、 離れたところから様子を見守ります。	2階 第2講座室
6	9月12日（月） 10～12時	座 談 会	2階 美術工芸室
7	10月17日（月） 10～12時	座 談 会	1階 研修室
8	11月14日（月） 10～12時	座 談 会	2階 第2講座室
9	12月19日（月） 10～12時	座 談 会	1階 研修室
10	1月16日（月） 10～12時	座 談 会	1階 研修室
11	2月20日（月） 10～12時	座 談 会	1階 研修室
12	3月20日（月） 10～12時	座 談 会	1階 研修室

状況によって変更・中止となる可能性があります。

お問い合わせ：岡山市立御南西公民館

〒700-0951 岡山市北区山中 157-110 Tel./Fax 086-244-1855

【休 館 日】 水曜日と祝日。祝日が水曜日と重なった場合は、翌木曜日も休館

【開館時間】 9時30分～21時（日曜日は17時まで）

令和4年度「子育て座談会」参加申込書

No. _____

住 所	岡山市	区	TEL
ふりがな			
氏 名	(年齢 歳 / 性別 男・女)		
ふりがな			
氏 名	(年齢 歳 性別 男・女)		

ご記入いただいた個人情報は、この講座以外に使用しません。