



健康で豊かな生活をめざす  
愛育活動の情報誌

2016.2  
54

発行/岡山市愛育委員協議会  
事務局/〒700-8546 岡山市北区鹿田町1-1-1  
岡山市保健福祉会館2階  
TEL.086-803-1263 FAX.086-803-1758

ANNIVERSARY 50th ANNIVERSARY 50th ANNIVERSARY 50th ANNIVERSARY

岡山市愛育委員協議会

50

周年

記念大会



岡山市愛育委員協議会  
50周年記念大会並びに母子保健研修会



あい  
トーク



毎年流行するノロウイルス。主な症状は、吐き気、嘔吐、<sup>おと</sup>下痢及び腹痛です。  
ウイルスを洗い流すため、せっけんでよく手を洗いましょう。  
また、生ものは十分に加熱して食べるようにしましょう。



# お母さん♥赤ちゃんの健康としあわせを願って…50年

昭和11年、乳幼児の死亡率が高いことや、流産が多いことに着目し、母子の健康と福祉の向上のため、「恩賜財団母子愛育会」が設立されたのが、愛育活動のはじまりです。

岡山市でも昭和26年から、各学区・地区での愛育活動がはじまり、昭和40年に岡山市愛育委員研究協議会(現/岡山市愛育委員協議会)が発足しました。時代の変遷とともに、中心となる活動も変化していますが、母と子の健康づくりは基盤として変わらず活動が継続しています。

## 好会長のコメント

母子保健から始まった愛育活動は、現在では赤ちゃんから高齢者までを対象としており、時代の流れと共に活動の幅が広がってきました。これまでの愛育委員一人ひとりの活動により、地域に根差した活動になっていると思っています。

今後も、地域の皆さんと情報を共有しながら、お互いのネットワークを強化し、信頼され愛される愛育委員として地域貢献できればと考えています。



## 昭和30年代

### ○育児相談(現/赤ちゃんすこやか相談)

昭和34年から、子どもの発育や育児知識の普及のため相談会場を開設。現在も継続しています。

受付や身長、体重、胸囲等の測定を協力して実施しています。



昭和50年代



平成25年頃

こんにちは赤ちゃん訪問が始まり参加者は増加

## 昭和40年代

### ○母乳運動の推進

故山内逸郎先生の講演を聞き、愛育委員会でも「赤ちゃんは母乳で育てましょう」と声かけ訪問を開始

### ○母子クラブ(現/おやこクラブ)の育成に協力

声かけ訪問のなかで、お母さんから育児に対する不安を聞くことができました。また、保健師さんからも、地域のなかにお母さんと子どもが集まる場をつくりたいと声をかけられ協力が始まりました。

現在も、子育ての先輩として応援しています。



昭和60年代



平成20年頃

愛育委員も加わり子育てについて話し合い

託児もしています



おやこクラブも今年度30周年を迎えています



## 昭和50年代

### ○母子保健三冠王に貢献

昭和52、53、54年の3年間、全国母子保健三冠王(乳児死亡率・新生児死亡率・周産期死亡率が全国最低率)の獲得に貢献。声かけ訪問のなかで母乳や健診をすすめてきたことの成果だと自負しています。

### ○新幹線に禁煙車

「お腹の大きいお母さんや赤ちゃんを、たばこの煙のない新幹線に」と岡山県内の愛育委員さんと共に声を上げ実現しました。

昭和60年代以降、活動が母子保健事業中心から、成人・老人保健事業も加わってきました



## 平成20年~

### ○こんにちは赤ちゃん訪問事業

岡山市でも8割が核家族というなかで、子育てについて身近な人へ相談することが難しくなっています。育児に関する不安を聞いたり、地域の情報を伝え、子育ての孤立化を防ごうと、この事業が開始されました。

愛育委員のなかでも研修を受けた者が訪問ボランティアとして、生後4か月までの赤ちゃんのいる家庭を訪問しています。

お母さんから、「話を聞いてもらえて安心した」「地域のことがわかってよかった」という声を聞くこともありうれしく感じています。また、この事業を通して愛育委員自身も再度地域を振り返る機会にもなっています。



訪問した際に渡しているグッズ



研修の様子

## 50周年記念大会講演会

### 「子育てハッピーアドバイス」

今の子どもをめぐる問題の根っこの、「自己肯定感(自尊心・自信)の低さ」、これにどう対処するかについて話されました。

#### ●自己肯定感を育むための大切なポイント

- ・子どもの甘えを大切に(安定感・自立)「甘えさせる」と「甘やかせる」は違う)
- ・具体的な対応(子どもとの関わり方)
  - 1) スキンシップ(幼児)・話を聞く(子ども)
  - 2) ほめる(どこをどうほめるか)
    - i) できていないことよりできている所に注目
    - ii) 「できて当たり前」でなく「できなくて当たり前」(要求水準を下げる)
    - iii) 比較するなら以前のその子と(他の子と比較しない)
  - 3) 頑張りを認めてねぎらう「頑張れ」より「頑張ってるね」
  - 4) 「ありがとう」を言う

しつけ(3~6歳)も勉強(6歳~)も肯定感の土台(0~3歳)があってこそできるのです。



講師

真生会富山病院心療内科部長 明橋 大二 先生

#### こころの土台





# 自殺予防はみなさんにとって身近なこと!!

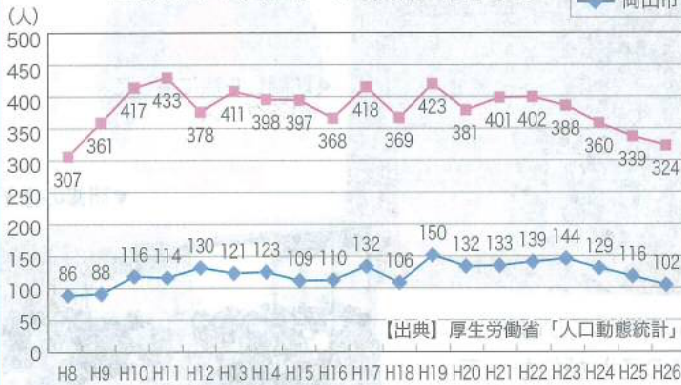
## ～知っておいてほしい岡山市の現状～

岡山市では、平成10年から毎年100名以上の方が自殺により亡くなっており、平成26年も、102名の方が自殺で命を失っています。全体の約8割が男性で、年齢は10代から80代まで幅広い層にみられます。特に15歳から39歳までの若い世代においては、国の統計において死因の第1位が自殺です。自殺の要因は様々で、健康問題をはじめとする複数の要因が絡み合い、心身ともに追い込まれた結果自殺に至っています。

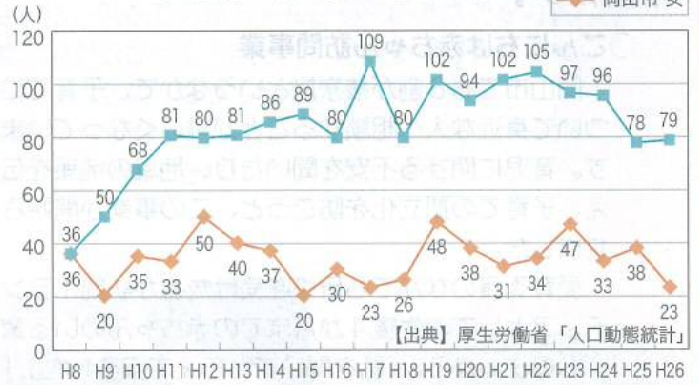
自殺の問題は、決して他人事ではありません。一人ひとりが自分自身の問題として考え、ストレスを抱えこまないようストレス対処の方法を身につけましょう!!

また、自殺を考えている人の多くは、「死んでしまいたい」と思いつめる一方で、「生きたい」「助けてほしい」という気持ちとの間で揺れ動いています。周囲の人が悩んでいると感じたら、ためらわず一声かけましょう。あなたの声かけが、かけがえのない命を守ることに繋がります。

自殺者の年次推移（岡山県・岡山市）

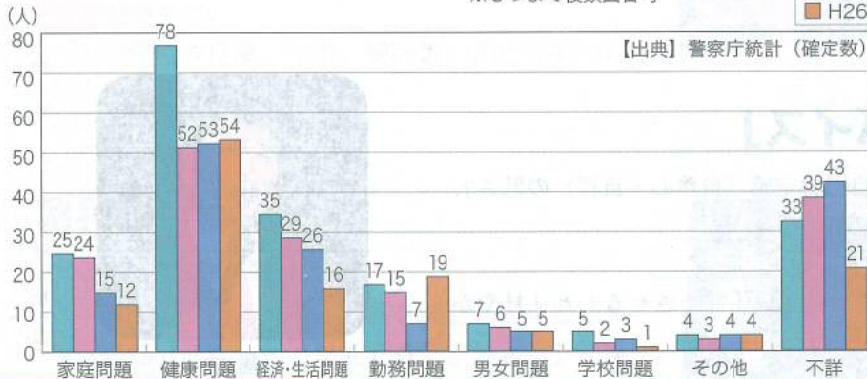


自殺者の年次推移（男女別）

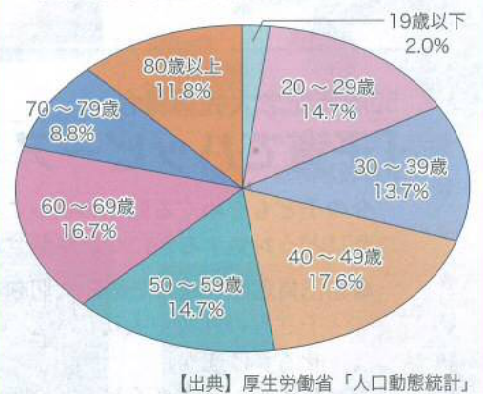


岡山市自殺原因・動機別集計（H23～H26）

※3つまで複数回答可



岡山市年代別自殺者割合（H26年）



【問い合わせ先】保健所健康づくり課 精神保健係 086-803-1267

健康市民おかやま21（第2次）普及啓発イベント

## OKAYAMA! 市民体操甲子園

日時 平成28年3月6日(日) 13:00～16:30 (開場 12:30～)

場所 イオンモール岡山5階 おかやま未来ホール (北区下石井一丁目2番1号)

内容 OKAYAMA! 市民体操甲子園 (コンテスト) / 中西 圭三氏トークショー

\*入場は無料。ただし、当日12時より会場にて配布する入場整理券が必要です (お一人につき4枚まで)

【問い合わせ先】保健所健康づくり課 健康増進難病対策係 086-803-1263

