



発行者：岡山市おやこクラブネットワーク
岡山市保健所
担当：北区北ゆきブロック
発行：令和元年11月

あんだんてとは??

「ゆっくりあゆむ」という意味。
おやこクラブの活動・岡山市（保健所）などからの情報がいっぱい詰まった、おやこクラブ会員により手作りされた情報誌です。乳幼児を子育て中の方々や地域の方に向けて発信しています。

北区北ゆきブロック活動テーマ

子育てはかけがえのない時間 ～親子で今を楽しもう！かがやく笑顔～

おやこクラブ会員約100人にアンケートしました

これで解決?! 親も子どももニコニコできる 我が家の工夫



ごはんをもっと食べてほしい

けずり粉やかつおぶしをふりかけとして使うとよく食べてくれる！（0歳）

野菜を洗ったり、収穫体験をさせたりすると、苦手な野菜も食べてくれるようになった（3歳）

嫌いなものは小さい器にすこーしだけ入れて食べさせる（3歳）



夜、早く寝てほしいなあ…

子どもが自分で選んだ絵本を読み聞かせた後、部屋を暗くする（3歳）

上の子が歌ったり、トントンして下の子を寝かしつける（0歳）



パパの「おてて絵本」で今日の出来事を話す（2歳、4歳）

楽しくおむつ替え・トイレトレーニングしたい

好きなキャラクターおむつを何種類か用意し、自分で選ばせる（2歳）

上の子がトイレに行く時に一緒に便器に座らせる（1歳）



車の中にもオマルを乗せておくと、急なトイレの時も便利！！（2歳）

やりたい気持ちを大切にしたい！

親が選んだ複数の服の中から選ばせ、小物は自由にさせる。多少の違和感は「ま、いっか！」（2歳）

一番風呂に入る人が「入浴剤を入れる係」になる（2歳）



髪を洗う時にシャンプーで泡を作って遊ぶ（2歳、4歳）



アンケートの結果

その子のマイルールがあったり、子どもの年齢により親の悩みが様々あったりすることが分かりました。

その一方、イヤイヤ期やオムツはずれなど、工夫だけでは解決できない成長の壁にぶつかる時もあります。そんな時は「今だけだから」と子どもに付き合い、気長に待ったり、見守ったりしながら、**かけがえのないおやこの時間**を過ごせるといいですね。アンケートにご協力いただいた北区北ゆきブロック会員の皆様、ご協力本当にありがとうございました。（江國、北山、西本、稲森）

保健師さんからのメッセージ

子育てってどうしたらいいの…と悩まれてはいませんか。おやこクラブを通して、地域の仲間づくりや愛育委員や栄養委員等とのつながりの中で、一緒に考えたり、学んだりしながら子育てしていきましょう！



おやこクラブレポート

feat. 伊島おやこクラブ

伊島おやこクラブは、現在15組の親子で活動しています。3班に分かれた少人数の活動があるので近所の友達がしやすい！
そんな伊島おやこクラブの1日を追ってみました。

6月						
月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

- 6/7 養育委員さんとの交流会
- 6/14 父の日のプレゼント作り (班活動)
- 6/21 つしまひよこクラブとの合同会

10時開始

11時～

11時半解散

今回は、3B体操の講師の方をお呼びして、リズム遊びやマッサージで体を動かしました。公民館の広いお部屋でのびのびとできました！



年齢別座談会

子どもの月齢ごとに分かれての座談会。
同じ中学校区同士で会話が弾みます☆



午後からの用事や上の子のお迎えもあるので12時までには終わるようにしています。

おやこクラブってなあに？

おやこクラブとは、子どもたちの健やかな心と体を育てるために0歳～就園前までのお子さんのいる保護者が、子育ての喜びや悩みを共有しながらおやこの仲間作りをすすめていくクラブです。入会前に見学もできます！

どんなことをしているの？

季節の行事や運動会・遠足・座談会・地域とのふれあいなど、各おやこクラブごとに様々な活動をしています。おやこクラブで友達作りをしたり、活動に参加してみませんか？興味のある方は、お住まいの地区の保健センターへ電話してみてください！

北区北ゆきブロックのおやこクラブを紹介します



<p>ちくめい 地区名 クラブ名 活動日 主な活動場所</p>	<p>いしま 伊島 伊島おやこクラブ 月2～3回 @京山公民館 総合グラウンド</p>	<p>つしま 津島 ひよこクラブ 月1～2回 @津島コミュニティ ハウス</p>	<p>よこい 横井 わんぱくクラブ 月2～3回火曜 @富原児童館 横井コミュニティ ハウス</p>	<p>のだに・まやかみ 野谷・馬屋上 ちびっこクラブ 月2～3回火曜 @津高公民館</p>
<p>あしもり・けいめい 足守・蛭明 おやこクラブ かめさん 月1～2回主に火曜 @大井老人 憩いの家</p>	<p>かも・りざん 加茂・鯉山 かもっこクラブ 月1回 第2木曜 @高松公民館</p>	<p>しやうない 庄内 弥生会 月1～2回 主に第2火曜 @高松公民館 庄内コミュニティ ハウス</p>	<p>ちゅうざん 中山 ぴよぴよクラブ 月1～2回火曜 @一宮公民館</p>	<p>ひらつ 平津 ひよこクラブ 月1回水曜 @平津児童館</p>
<p>ももがおか 桃丘 ももっこクラブ 月2～3回火曜 @桃丘コミュニティ ハウス</p>	<p>まやしも 馬屋下 ひまわりクラブ 月1～2回火曜 @馬屋下児童館</p>	<p>たけべ 建部 おやこクラブめばえ 月1回第2木曜 @北保健センター 建部分室</p>	<p>みつ 御津 はちみつクラブ 月1～2回金曜 @老人福祉 センター</p>	

入会・内容に関するお問い合わせ先

岡山市保健所健康づくり課	TEL 086-803-1264
北区中央保健センター	TEL 086-803-1265
北区北保健センター	TEL 086-251-6515
中区保健センター	TEL 086-274-5164
東区保健センター	TEL 086-943-3210
南区西保健センター	TEL 086-281-9625
南区南保健センター	TEL 086-261-7051
北区北保健センター 御津・建部分室	TEL 086-722-1114

おかやま子育て応援サイト

「こそだてぼけっと」

おやこクラブの情報や活動について紹介しているよ



(携帯版)



(スマホ版)

次号の「あんだんて」は、北区中央ほしブロックが作成します。