

子育てサロンや和みのヨガを延べ20回86人の参加にて開催した 子育て中の人同士が繋がり、子育ての不安を軽減させていくことができた

CAP おかやま

活動の目的

岡山市内での民間による子育て支援拠点の開設に向けての準備期間として、運営していく。他市と同様に、子育て中の人が安心して、来ることができ、援助者となつたり、何よりも子育て中の人のニーズを聴き、それにフィットした運営をしていくことで、きめ細やかな支援体制を構築することを目的とする。

活動の内容及び経過

サロンでは、発達や睡眠、離乳食等の個人差の大きい事例を一人ひとりに応じることで、子育ての不安やホッとできる場の提供ができた。ヨガでは、日ごろ縮こまった身体をほぐし、元気になって日々の生活に戻って行かれた。

①おしゃべりサロン（講師：塩津朋子）：10回50名参加
4/25、5/23、6/27、7/25、9/26、10/24、11/28、1/23、2/27、3/26

②和みのヨーガ（講師：高橋美智代）：10回36名参加
4/11、5/9、6/13、7/11、9/12、10/10、11/14、12/12、2/13、3/12

告知については、CAPおかやまの通信、ホームページ、フェイスブック、チラシ・パンフレット等で実施。口コミでの拡がりも見えた。

活動の成果・効果

子育て中のちょっとした悩みも話せる場、子どもの育ちに必要な知識や情報や技能を得ることのできる場として、ホッとできる居場所を作ることができた。助産師や保育士・幼稚園教諭、ヨガインストラクター等の専門職に学ぶことにより、子育てを楽しむことができるようになったり、安心した子育ての日々を構築したりすることができた。

3月には新型コロナの影響で開催を自粛したが、問い合わせが直前まであり、「安心できる場」として期待されていることを感じた。

今後の課題と問題点

子育て家庭の経済状態は厳しいことが多く、子どもに関する出費も多い。「居場所」を運

営していくにあたり、運営側の資金の確保が難しい。適切な支援の場があることで、子育

て中の方の、これから子育てをしたいと希望されている方の不安や躊躇いを軽減するこ

とができ、ひいては少子化対策や児童虐待予防に関与できることを考えると、公的な支援の必要性を感じる。



- 代表者：山下明美 ●所在地：岡山市北区広瀬町
- TEL：086-221-9988 ●E-MAIL：cap_okayama@hotmail.co.jp
- URL：http://www.cap-okayama.net/
- 設立年：1996年 ●メンバー数：11名