

# 鯉山愛育だより

No. 1

平成26年6月発行

発行者 鯉山愛育委員会  
会長 山形 美智子  
北区北保健センター  
TEL 251-6515

## お待たせしました！ 創刊号が完成しました～！

あじさいの美しい季節となりました。

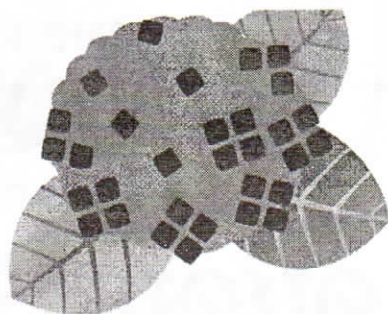
地域の皆様、こんにちは。私たち愛育委員会は、今年から鯉山愛育だよりを発行し、皆様のお宅へ回覧させて頂くことにしました。

愛育委員会は各小学校区・地区ごとに組織され地域の皆様への「声かけ」「見守り」を通して健康で豊かな街づくりを目指すボランティア組織です。地域にある様々な健康問題を取り上げ、どうすればよいか話し合い取り組んでいます。

子どもが健やかに生まれ育ち、高齢になっても住み慣れた地域で安心して暮らしていくことができるよう活動しています。

今年度の各町内愛育委員を4ページに紹介しておりますので、遠慮なく地区担当者に声かけしてください。お待ちしております。

(鯉山愛育委員会 会長 山形 美智子)

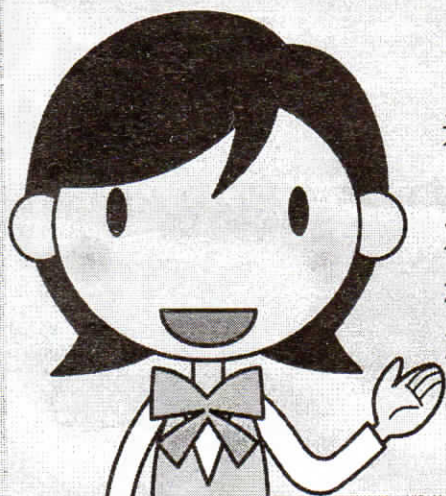


### 鯉山学区の皆さん、こんにちは。

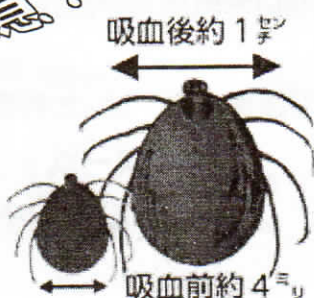
鯉山学区を担当させていただいております、保健師の光藤（みつふじ）と申します。よろしくお願いします。

岡山市では昨年度より「健康市民おかやま21（第2次）」がスタートし、全ての市民が健康で心豊かに生きられる街を目指しています。保健センターは市民の主体的な健康づくりや、地域でつながりを高め合う健康づくりの活動を行うことができるよう、応援していきたいと思っています。

北区北保健センター 光藤 彩



アタニに注意！  
鯉山に入るときは  
お気を付けましょう！



赤ちゃんが生まれました

人口	3,425
世帯数	1,317
乳児数	15
出生率	4.4
高齢者数	946
高齢化率	27.6

鯉山地区（平成25年12月末現在）



# すこやか相談

高松公民館1階

9:50~11:00

7月24日(木)

9月25日(木)

10月23日(木)

0歳~1歳の赤ちゃんが対象です。  
毎月の成長ぶりがよく分かりますよ。  
上の子どもたちも一緒に来てもいいの  
です。絵本の読み聞かせもあって、  
お守りもOK!

赤ちゃんのこと、お兄ちゃんやお姉ちゃんのこと  
も、保健師さんは相談にのってくれますよ。  
ここで会うお友達は、将来の中学校の同級生かな?!



## のびのび親子広場 …未就園児の子育て支援

毎月一回、幼稚園に上がる前の子ども  
たちを対象に集団での遊び体験と保護者  
同士の交流を図るものです。育児に関し  
ての情報交換もできますよ。

ここでの愛育委員さんは、保護者の方  
が思う存分お子さんたちと幼稚園遊びが  
できるように下のお子さん(赤ちゃん)  
をお守りします。

ピンクエプロンの愛育委員さんに気軽  
に声をかけてくださいね



ピンクエプロンの  
「お父さん愛育委員さんもいま〜す!

7月9日(木)9:00~11:00 水遊び

8月は夏休みです。

9月17日(水)9:00~11:00 運動会ごっこ リズム遊び

10月11日(土)9:00~11:00 運動会の未就園児の競技に参加

※持ち物 ・上靴(お子さんと保護者の方 洗った外靴でもOK!)  
・お茶

・着替え一式

※鯉山幼稚園にて

※ のびのび親子広場以外での日も毎日放課後園庭解放しています!



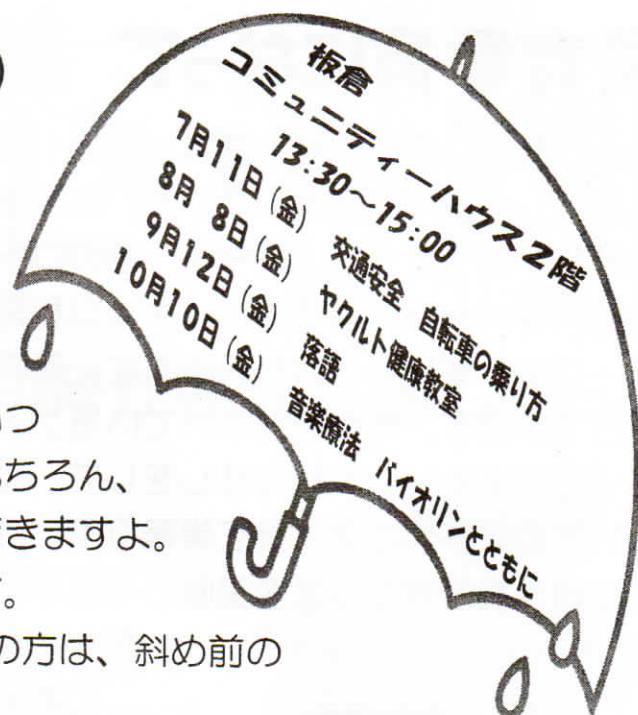
# 鯉山サロン (婦人会とともに)

毎月第2金曜日 13:30～ 板倉の  
コミュニティハウス2階 (吉備津保育園入口)

鯉山サロンは他のサロンと大きく違うと  
ころがあります。それは何か・・・？

鯉山のサロンは年齢、居住地に関係なく、いつ  
でも誰でも何人でも自由に参加できます。もちろん、  
会員制でもありません。子どもたちも参加できますよ。  
現に西大寺や総社からの参加者もおられます。

参加費200円 (お茶代・運営費)。お車の方は、斜め前の  
西町コミュニティ広場へどうぞ。



健康診断を  
受けましょう!  
6月～12月  
に受けてね!

健康市民  
おかやま21!

つながり こころ 地域のきずな  
～笑顔に温かいまなざしを添えて～



運動  
食生活  
こころの健康

## 歯科研修会

日時 7月29日(火)

13:30～15:00

場所 高松公民館

講師 竹谷雅之先生

内容 歯と口に健康について

持ち物 歯ブラシ・タオル・手鏡

みなさん、ぜひご参加ください!



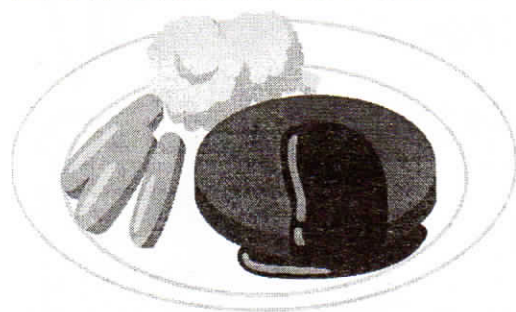
# 愛育委員になって

ふれあいいきいき鯉山サロンは月1回コミュニティハウスであります。  
おいしく食べて健康になれる、ほほ笑み健康塾の料理作りもあります。  
かぼちゃのリゾット、ソーセージのロールキャベツ<sup>こかぶ</sup>小無添え、  
豆腐ハンバーグ、春菊のピーナッツ和え、ブルーベリーの  
ヨーグルトゼリーと盛り沢山です。薄味で少し柔らかめに  
できています。毎回参加されている2人の仲良しおばあ  
ちゃんは1本分の大根おろしをして、盛り付け担当です。  
白い洋皿に鮮やかな人参を巣簞り風に飾って出来上がり。  
皆で作ったお料理は大変美味しく楽しいサロンになりました。



鯉山の愛育委員会は楽しいテーマが多くて、あれや  
これや、もっと参加したいと思った1年でした。  
とてもよく考えられた内容のプログラム、そして、  
アップテンポで仕事をされる愛育委員の皆様から  
多くを学びました。感謝の気持ちでいっぱいです。

(藤井 貴子)



## 鯉山学区愛育委員メンバー

会長 山形美智子

副会長 金友周子・小島八千代

書記 難波賀恵

会計 森安佳子

会計監査 安延京子

支部	氏名	支部	氏名	支部	氏名
三日市西第一	段上玲子	馬場	多田綾子	西町東	岡崎弘美
三日市西第二	石故晶子		多田千男	西町南東	坂根富貴
三日市片山市場	芳本恵美子	向畑東	森澤照子	西町北	仲達晴子
長江東団地	塩見敏子	向畑中	大賀敦子	西町南東南①	小田愛子
長江東地区	川井真紀	向畑西	中田美津恵	西町南東南②	清水加代子
新邸	岡本美由紀	大吉野	佐藤美和子	中町中	金友一枝
	岡本始子		能勢喜美子	中町東ノ東	山川良子
長江西	小野仁美	西中吉野	安延京子	大橋南	小島八千代
辻小路熊小路	中村亜紀	新地	森安佳子	大橋北	町田淑恵
吉備津苑	藤井貴子	東中吉野	難波賀恵		

どうぞ、よろしく

お願いしま〜す！

## 編集後記

鯉山愛育だより創刊号…無事、誕生しました。役員と広報担当者、計9名が育児支  
援・高齢者支援・健康に関する情報などなど、あれも載せたい、これもお知らせした  
いと、わいわいがやがや…。とても楽しい編集会議でした。年3回発行の予定です。

皆様からのご意見、ご提案を、首を長〜くしてお待ちしております。愛にあふれる  
おたよりをお届けできたらと思います。よろしくお願いします。(難波 賀恵)

