

## 子育て支援

子どもたちの健やかな成長を社会全体で支える環境を作るために地域で子育てサークルの支援をしています。

# 子育てサークル

中央区の子育てサークル数  
(平成24年11月1日現在)

# 22

サークル



## 地域で子育てをサポートします。

地域では、校区社会福祉協議会や民生委員児童委員協議会などが中心になり「子育ての集い」を企画・運営したり、季節の行事に合わせたイベントや講話を行ったりする子育てサークルがあります。

地域コミュニティセンターや公民館、保育園等で、

定期的に活動して育児に関する悩みを共有したり、お母さんたちの仲間づくりに一役買っています。

同じ年齢の子どもをもつお母さん同士や、子育ての先輩方に悩みを話すことで、安心して地域で楽しい子育てができています。

### ■今回ご紹介した団体に関するお問い合わせ先は...

#### 社会福祉協議会

社会福祉法人  
熊本市社会福祉協議会  
中央区事務所  
〒860-0004  
熊本市中央区新町2丁目4-27  
TEL 096-288-5081

#### 民生委員・児童委員 地域包括センター ささえりあ

中央区役所福祉課  
〒860-8601  
熊本市中央区手取本町1番1号  
■民生委員・児童委員  
TEL 096-328-2301  
■地域包括センター ささえりあ  
TEL 096-328-2311

#### 8020推進員 食生活改善推進員 子育てサークル

中央区役所保健子ども課  
〒860-8601  
熊本市中央区手取本町1番1号  
TEL 096-328-2419

## 健康づくり

「健康」は、高齢者だけでなく、校区のすべての人たちがいきいきと暮らすための重要な要素です。住民みなさんが健康で過ごせるよう、をさまざまな視点で支援する人たちがいます。

# 8020推進員

中央区の8020推進員の人数  
(平成25年4月1日現在)

# 144

人



## 歯と口から、健康で楽しい生活をサポート

8020運動とは、「80歳で20本以上の自分の歯を残して健康を保とう」という活動のこと。この活動を推進するボランティアが8020推進員です。熊本市が主催する育成講座の修了生で構成され、各校区で活動を行っています。

その一つが「長息プロジェクト」。「口の中から元気に長生き!」を合言葉に、校区の高齢者を対象に、歯科

医師・歯科衛生士などと連携して、歯と口の健康が体全体の健康の第一歩であることや、気軽にできる体操などを行っています。

また、8020推進小学生の育成もサポート。各小学校で保健委員へ口の健康の重要性を伝え、一人ひとりに8020推進小学生の任命書などを交付し保健委員の活動の一つとなっています。

# 食生活改善推進員

中央区の食生活改善推進員の人数  
(平成25年4月1日現在)

# 141

人



## 校区住民の健康を「食」から支援するボランティア

食生活改善推進員は、地域の方々の健康づくりのためにバランスのよい食生活の普及などの食育活動をしています。推進員は、「すこやかくまもと栄養セミナー」(全6回)を受講し、栄養・運動などに関する専門知識を学んでから活動を開始します。

主な活動は、各校区で、栄養バランスがとれた献立

を調理実習などを通じて行う「すこやか食生活改善講習会」の実施や、子どもたちへの食育活動など。実は、食生活改善推進員は「食育アドバイザー」でもあります。郷土料理の継承のほか、学校、子育てサロンなどでのエプロンシアターを通じた食育活動は、これからの世代を担う子どもたちの育成にもつながっているのです。