



社会福祉法人 三原市社会福祉協議会

# みはらふくしだより

2026.  
4 月号

三原市社会福祉協議会 各地域センターの情報誌です。皆様の福祉に関する活動の様子やお知らせを掲載しております。



久井地域センター

笑顔いっぱい！  
久井こども食堂 —おひさま—



久井こども食堂 おひさま  
毎月第4土曜日  
(月によって変更あり)  
12時～13時半に開設  
こども無料 大人500円

この日初めて参加した方は「久井に住んでいるが初めて来ました。子どもの笑顔を見ると元気をもらえますね」と話してくれました。

ボランティアさんも、子どもから大人まで幅広い年齢の方が活動されています。受付、調理、配膳など「自分ができること」に取り組んでいます。ひとりひとりの役割が、子育て世帯の応援、みんなが笑顔になれる居場所づくりにつながっています。

久井保健福祉センターでは月に一度、子ども食堂と子育てサロンが開催され、子どもから大人まで多くの人で賑わっています。

「久井こども食堂おひさま」は令和3年3月に開設し、今年で6年目を迎えました。小学校の統廃合に伴い、地域で子どもと触れあう機会が減っている中で、多世代交流、子育て支援の一助になれば・・・というボランティアさんの思いで始まりました。午後からは子育てカフェ（子育てサロン）が開催されるため、一日を通して子ども達の無邪気な笑い声であふれます。

幅広い世代がつながる  
みんなの居場所

# 本郷地域センター



## ベビママサロン本郷開催



ベビママサロン本郷は、今年度から活動が始まった子育てサロンで、概ね奇数月の第4金曜日に活動されています。

訪問した日は、5カ月から2歳くらいまでの子ども7人とその保護者が参加し、ベビーマッサージと離乳食についての相談も兼ねた食事が行われました。ベビーマッサージでは、代表で助産師の今井さんから、「赤ちゃんはすぐく身体がこっているの、そのこりを取ってあげて欲しい。それと同時に、お世話をする保護者も体がこり、巻き肩になりがちなので、ストレッチをして欲しい。」と声掛けがありました。

ベビーマッサージ終了後は、食事会です。急いで移動せず、その場でミルクの授乳やオムツ交換の時間を持つなど、子育てサロンならではのゆったりとした時間が会場に流れていました。



食卓の時間では、管理栄養士の三浦さん手作りの食事に舌鼓を打ちました。メニューは、ハンバーグ、ジャガイモやサツマイモをふかしたものの、コンスープなどで大人も子どもも楽しめる内容でした。離乳食づくりでは、食材のやわらかさの工夫が必要です。水分量や炊き方などについて質問し、「作ってみよう」と言われている参加者の様子が印象的でした。

子育てサロンは、子育てをする親の孤立感の解消や、子育てに関する不安感、負担感の軽減を図ることを目的としています。サロンを通して、子育てをする親同士のつながりができ、不安感や負担感が軽減されることを社協は願っています。



## 離乳食についての相談・食事会



## 連絡先

### 三原市社会福祉協議会 各センター

#### 三原地域センター

電話 (0848)63-0570  
FAX (0848)63-0599  
メール chiiki@m-shakyo.jp  
(社協 地域福祉課宛)

#### 本郷地域センター

電話 (0848)86-3607  
FAX (0848)60-6064  
メール hongo-c@m-shakyo.jp  
(社協 本郷地域センター宛)

#### 久井地域センター

電話 (0847)32-7101  
FAX (0848)32-5011  
メール kui-c@m-shakyo.jp  
(社協 久井地域センター宛)

#### 大和地域センター

電話 (0847)34-1214  
FAX (0847)35-3020  
メール daiwa-c@m-shakyo.jp  
(社協 大和地域センター宛)