

**乳幼児健診**

健診名	場 所	日 程
4カ月児健診	総合福祉センター	1月29日(木)
	御調保健福祉センター	1月20日(火)
1歳6カ月児健診	総合福祉センター	2月 5 日(木)
	御調保健福祉センター	1月20日(火)

健診名	場 所	日 程
3歳児健診	総合福祉センター	1月21日(水) 1月22日(木)
	御調保健福祉センター	1月20日(火)

※対象者には個別通知します。

健診日の1週間前までに通知が届かない場合は、ご連絡ください。なるべく住所地区のセンターで受診してください。  
年間日程・対象者については市HPをご覧ください。

## 相談・講習会

行事名	場 所	日 程	受付時間(終了時間)	対 象	備 考
乳児健康相談(要予約)	総合福祉センター	1月26日(月)	9:20~11:00	0カ月~12カ月の児	☑身体計測、育児・栄養相談、ふれあい遊び ☑親子(母子)健康手帳、バスタオル
	いのしま子育て支援センター	2月 6日(金)	9:45~11:30	0カ月~12カ月の児	☑身体計測、育児・栄養相談、母乳相談、ふれあい遊び ☑親子(母子)健康手帳、バスタオル
	瀬戸田福祉保健センター	1月23日(金)	9:10~ 9:30	0カ月~12カ月の児 ☑1/22(木)12:00	
離乳食講習会(要予約)	総合福祉センター	1月19日(月)	9:40~10:00 (11:40まで)	乳児の家族 ☑12人	☑離乳食の進め方の話、月齢毎の調理実習、試食、栄養相談・質問 ☑親子(母子)健康手帳、筆記用具、エプロン、マスク、お手拭きタオル
授乳相談(要予約)	総合福祉センター	1月20日(火) 27日(火) 2月 3日(火) 10日(火)	13:30~	妊婦または出産後概ね1年6カ月までの尾道市民 ※個別相談。 原則1人2回まで。	☑授乳(母乳やミルクの量など)に関する相談 ☑親子(母子)健康手帳、バスタオル1枚、その他必要なもの(タオル、着替え、ミルク、哺乳瓶など)
パパ☆ママ準備スクール(要予約)	総合福祉センター	1月25日(日)	①13:20~13:30 (14:30まで) ②14:50~15:00 (16:00まで)	次に該当する人 ・妊娠6カ月以降 ・妊婦またはその夫(パートナー)にとって第一子妊娠中 ☑各回7組 ☑1/16(金)~1/23(金)	☑助産師からのお話、沐浴実習、妊婦体験 等 ☑親子(母子)健康手帳、筆記用具
親子(母子)健康手帳の交付(要予約)	総合福祉センター	1月25日(日)	9:00~12:00	妊婦・その夫(パートナー) ☑1/23(金)	☑妊娠届出書、本人確認できるもの
ほかほかルーム 体重測定の日 (要予約)	御調保健福祉センター	2月 6日(金)	①10:00~10:30 ②10:45~11:15	生後0カ月~1歳6カ月児 ☑各回1組	☑身体測定、子育て相談、親子ふれあい遊び、ハーフバースデー写真撮影 ☑親子(母子)健康手帳、バスタオル

■料金や申込方法の記載のないものは無料または申込不要です

日日時・期間 場所 対対象 内内容 定定員 料料金 持持参物 締締切  
申申込方法 申込先 問問い合わせ先 ☎電話 FAXファクス e電子メール HPホームページ

スポーツ

## 行事案内

**行事案内** 二次元コードを読み込んで、各HPよりご確認ください。

市HP▶



こざかなくん▶  
スポーツパーク  
びんごHP



ニュース・お知らせの  
「1 月月間イベント情  
報」をご覧ください。

## 全国V快学生徒もいる パルクール教室生徒募集中

- 日 1月～3月で6回～ 金曜18:00～19:00※日程表による。
- 場 ござがなくんスポーツパークびんご 対 6歳以上
- 内 フランスで始まった走る・跳ぶ・登るなど、主に移動動作でより自然な心とからだの強さを身に付ける運動方法です。教室では、基本動作から生活の中でケガを防ぐ動きを楽しく学んでいきます。
- 定 20人
- 講師 荒本英世さん(全日本パルクール連盟)
- 料 15,400円～
- 持 動きやすい服装・室内シューズなど
- 申 健康スポーツセンター総合受付
- 問 ござがなくんスポーツパークびんご(☎0848-48-5446)

## 第11回上平栄道プロ ジュニア育成ゴルフ大会

- 日 2月22日(日)
- 場 尾道うずしおカントリークラブ
- 対 (ジュニアの部) 県内在住の小・中学生・高校生  
(一般の部) 市民・近隣市町在住者
- 定 合わせて150人程度
- 料 ジュニアの部 6,200円(プレー代・食事代・レッスン料・参加料を含む)  
一般の部 9,800円(プレー代・食事代・参加料を含む)
- 申 申込書をFAXか郵送で  
(大会要項・参加申込書は市体協HPからのダウンロード可)  
〒722-0202  
原田町梶山田1069  
尾道うずしおカントリークラブ  
(☎0848-38-0120)
- 締 1月25日(日)
- 問 (一社)尾道市体育協会  
(☎0848-44-6700)  
尾道うずしおカントリークラブ  
(☎0848-38-0041)

## 第29回尾道市民3人チーム ボウリング大会

- 日 2月15日(日) 9:00～
- 場 松永ベイボウル
- 対 市民・近隣市町在住者か勤務先のある人
- 定 30チーム(3人1チーム)
- 内 1チーム3人×3ゲーム  
計9ゲームの合計得点を競う
- 料 1人1,800円
- 締 2月10日(火)
- 申 間 松永ベイボウル  
(☎084-930-0154)

## 第43回向島駅伝大会参加チ ーム募集!

- 日 2月15日(日) 9:00～
- 場 向島運動公園スタート・ゴール
- 料 一般3,000円、中学生500円
- 持 動きやすい服装、運動シューズ、飲み物、タオル等
- 申 向島運動公園窓口で
- 締 2月1日(日)
- 問 向島町体育協会事務局  
(本田☎090-4895-0054)

## 「シセイカルテ」 してみませんか?

- 日 1月27日(火) 9:30～12:00、  
13:30～16:00(1人約20分)
- 場 ござがなくんスポーツパークびんご
- 対 16歳以上
- 内 A1 姿勢分析により、3分間であなたの姿勢を点数化。現在の姿勢から将来になってしまう恐れのある未来姿勢まで測定します。分析結果プレゼント&アドバイスあり。
- 定 10人(要予約)
- 講師 シンコーススポーツスタッフ
- 料 700円(当日トレーニング室利用可)
- 持 動きやすい服装、運動シューズ、飲み物、タオル等
- 申 健康スポーツセンター受付
- 問 ござがなくんスポーツパークびんご(☎0848-48-5446)

## スポーツ無限大おのみち

申 問 生涯学習課(☎0848-20-7499)



## スポーツ指導者セミナー

日 2月22日(日) 14:00～17:00

- 場 市民センターむかいしま
- 内 怒りで失敗しないための「アンガーマネジメント」がコーチと選手を救う!  
怒りで失敗しないために、感情が生じる仕組みとコントロールする方法を身に付けます。指導者必修!! JSPO指導者更新研修としての参加も!
- 定 50人
- 講師 渋谷崇行さん(桐蔭横浜大学大学院スポーツ科学研究科教授、博士(心理学)、(一社)スポーツフォーキッズジャパン代表、日本スポーツ協会コーチデベロッパ他)
- 申 申込フォームか電話で
- 問 生涯学習課(☎0848-20-7499)



講師 渋谷崇行さん(桐蔭横浜大学大学院スポーツ科学研究科教授、博士(心理学)、(一社)スポーツフォーキッズジャパン代表、日本スポーツ協会コーチデベロッパ他)

申 申込フォームか電話で

問 生涯学習課(☎0848-20-7499)

申込フォーム▶

