

インフルエンザについて

インフルエンザは、インフルエンザウイルスの感染による急性呼吸器感染症です。潜伏期間は1～3日間で、発熱(通常38℃以上の高熱)、頭痛、全身の倦怠感、筋肉痛、関節痛などが突然現れます。その後、咳や鼻汁などの上気道症状が続き、約1週間で治癒しますが、いわゆる「かぜ」に比べて熱も高く、全身に症状があらわれるなど症状が重いのが特徴です。

高齢者や免疫力の低下している人では、肺炎などの合併症を併発し症状が重くなる場合があります。

小児については、まれにインフルエンザ脳炎・脳症を発症することがあるため、症状の経過をよく観察しておく必要があります。

感染予防対策は新型コロナウイルス感染症もインフルエンザも同じです。

1. 流行前の予防接種
2. 外出後の手洗い等
3. 適度な湿度の保持
4. 十分な休養とバランスの良い食事
5. 人混みや繁華街への外出を控える



インフルエンザワクチンについて

ワクチンを接種したからといって100%かからないということはありませんが、発症や重症化を防ぐためにも流行前にワクチンを接種しておくことは大切です。

ワクチンが十分な効果を維持する期間は、接種後

約2週間後から約5カ月とされています。

接種回数は、原則13歳以上は1回、13歳未満の人は2回となります。

※新型コロナワクチンとインフルエンザワクチンの接種間隔に規定はありません。同時に接種することも可能です。

インフルエンザ・新型コロナウイルス感染症にかかったかなと思ったら

1. 外出を控え、自宅で安静にして休養しましょう。
2. 咳エチケットの徹底、マスクの着用をしましょう。
3. 部屋の温度や湿度を適切に保ちましょう。(気温20～25度、湿度50～60%程度)
4. 水分を十分に補給しましょう。
5. 高熱が続く、呼吸が苦しい、意識状態がおかしいなど具合が悪ければ早めに医療機関を受診しましょう。インフルエンザに有効な薬は、症状が出てから48時間以内に服用を開始すれば、発症期間の短縮などの効果が期待できます。



医療機関を受診する時は、
受診前に必ず電話連絡を
してください。



子育て

11月は「秋の子どもまんなか月間」です

子ども家庭庁では11月を「秋の子どもまんなか月間」と定めています。すべての子どもが将来にわたって幸福な生活を送ることができる社会の実現を目指して、社会全体で支えていくことが重要とされています。

この機会に家族や友人、周囲の人たちと子どもの権利について考えてみませんか？

子どもの権利について

すべての子どもは生まれながらに幸せに健やかに成長していくための権利を持っています。『児童の権利に関する条約(子どもの権利条約)』では、4つの原則があります。

- ① 命を守られ成長できること
- ② 子どもにとって最もよいこと
- ③ 意見を表明し参加できること
- ④ 差別のないこと

11月は「児童虐待防止推進キャンペーン」も実施しています。

「虐待かも」と思ったらすぐに相談してください。相談や通告は子どもを守るだけでなく、保護者を支援することにもつながります。

※匿名での連絡も可、連絡者や内容に関する秘密は守られます。

【虐待についての相談窓口】

子育て支援課
(☎0848-38-9219)
東部子ども家庭センター三原支所
(☎0848-36-6711)
児童相談所全国共通3桁ダイヤル
(☎189)



オレンジリボンには「子ども虐待を防止する」というメッセージが込められています。

ひとり親家庭の交流会 クリスマスキャンドルを作ろう

日 12月7日(日) 10:00~12:00

場 総合福祉センター

対 ひとり親家庭の親子

定 10組 料 1人400円(材料代)

日 11月18日(火)

申 母子・父子福祉センター

(☎0848-22-8385)



産前産後期間の国民年金保険料が 免除となります

出産予定日か出産日の属する月の前月から4カ月間の国民年金保険料が免除される制度です。多胎妊娠の場合は、出産予定日か出産日の属する月の3カ月前から6カ月間の国民年金保険料が免除されます。

対象の人は届出をしてください。

※出産とは、妊娠85日(4カ月)以上の出産のこと。(死産、流産、早産された人を含む。)

対 国民年金第1号被保険者で出産日が平成31年2月1日以降の人

日 出産予定日の6カ月前から届出可能です。

持 母子健康手帳や医療機関が発行した出産予定日(出産日)を確認できる書類

申 保険年金課(☎0848-38-9143)

【尾道地域(向島を含む)】健康推進課 (☎0848-24-1960 ☎0848-24-1966)

【因島・瀬戸田地域】因島総合支所健康推進課(☎0845-22-0123)

【御調地域】御調保健福祉センター(☎0848-76-2235)

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	11月27日(木)
	御調保健福祉センター	11月18日(火)
1歳6カ月児健診	総合福祉センター	12月4日(木)
	御調保健福祉センター	11月18日(火)

健診名	場所	日程
3歳児健診	総合福祉センター	12月11日(木)
	御調保健福祉センター	11月18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	11月26日(水)	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
	いんのしま子育て支援センター	12月5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	11月21日(金)	9:10~9:30	0カ月~12カ月の児 11/20(木) 12:00	
離乳食講習会(要予約)	総合福祉センター	12月1日(月)	9:40~10:00 (11:40まで)	乳児の家族 定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	11月18日(火) 25日(火) 12月2日(火) 9日(火)	13:30~	妊婦か出産後概ね1年6カ月までの人 ※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	11月30日(日)	①13:20~13:30 ②14:50~15:00	下記に該当する人 ・妊娠6カ月以降 ・妊婦かその夫(パートナー)にとって第一子妊娠中 各回7組 11/21(金)~28(金)	助産師からのお話、沐浴実習、妊婦体験など 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	11月30日(日)	9:00~12:00	妊婦・その夫(パートナー) 11/28(金)	妊婦届出書、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	12月5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 申込方法 申込先 場所
対 対対象
問 問い合わせ先
内 内容
定 定員
料 料金
材 材料費
持 持ち物
電 電子メール
縮 縮切
HP ホームページ

就職・転職・資格取得を応援します！

岡岡母子・父子福祉センター
(☎0848-22-8385)

簿記入門講座

日12月20日～令和8年3月7日の土曜
10:00～12:00(全10回)
場総合福祉センター
対ひとり親家庭・市民優先
内簿記の基礎(資産・負債・収益・費用)仕訳や伝票について学習します。
定10人
料8,000円(別途テキスト代1,000円程度必要です)
※ひとり親家庭には4,000円助成あり。
持筆記用具・電卓
締12月9日(火)

調剤薬局事務講座

日令和8年1月9日～2月27日の毎週金曜
9:30～12:00(全8回)
事前説明会 12月12日(金) 10:00～11:00(申込不要)
場総合福祉センター
対ひとり親家庭・市民優先
内調剤薬局で働くための専門知識を身につけ、資格取得を目指します。
定10人 講師 (株)ニチイ学館
料25,000円(テキスト代込み)
※ひとり親家庭には助成あり。
締12月23日(火)

おのみち 子育て支援センター

キッズ☆ステーション尾道内
月～金曜9:00～16:00
(祝日、年末年始を除く)
☎0848-37-2409

リズムでこちょこちょ
親子で心と体をリフレッシュ
12月5日(金)10:00～11:30
対概ね1歳半～3歳の未就園児
と保護者
定10組程度
料11/28(金)13:30～

いんのしま 子育て支援センター

芸予文化情報センター内3階
月～金曜9:00～16:00
(祝日、年末年始を除く)
☎0845-22-1545

栄養士さんに聞いてみよう!
(子ども楽しむクリスマスメニュー)
12月2日(火)10:00～11:00
対未就学児と保護者
定10組
講師 岡野広美さん(栄養士)
料11/18(火)9:00～

Babyこちょこちょ
赤ちゃんマッサージ おなか・せなか編
12月9日(火)10:00～11:30
対概ね2～6カ月の子と保護者・
妊婦
定10組程度
料12/2(火)13:30～

ふれあいこちょこちょ
親子でできるあそびのヒント
12月16日(火)10:00～11:30
対概ね7カ月～1歳半の子と保
護者
定10組程度
料12/9(火)13:30～

すくすくKIDS&子育て相談
(はっさくんとクリスマス)
12月9日(火)10:00～11:00
対1～2歳の子と保護者
定10組
料11/25(火)9:00～

ベビーヨーガと子育て相談
12月10日(水)10:00～11:30
対ハイハイ期までの子と保護者・
妊婦
定10組 持バスタオル
講師 吉廣朱美さん(助産師)
料11/26(水)9:00～

栄養相談
～栄養士さんにきてみよう～
12月19日(金)10:00～11:30
対未就学児の保護者(毎月実施)
内食事(離乳食・授乳含む)の相
談※1組15分程度の個別
料随時受付中

わくわくクリスマスパーティーに
ようこそ
12月23日(火)10:00～11:00・
14:30～15:30
対未就学児と保護者
ピアノ 佐藤理奈さん
対各回15組程度 1家庭午前か午後のいずれか
料12/16(火)13:30～

のびのびKIDS&子育て相談
(はっさくんとクリスマス)
12月12日(金)10:00～11:00
対2～3歳の子と保護者
定10組
料11/28(金)9:00～

はっさくちゃんとリトミック
12月17日(水)10:00～11:00
対未就園児と保護者
定10組
講師 峯松里香さん
料12/3(水)9:00～

生口島 子育て支援センター 「はっぴい」

旧東生口幼稚園
月・火・水・金・第3土曜9:00～16:00
(第3土曜前日の金曜、祝日、年末年始を除く)
☎0845-28-1345

リフレッシュ体操
～クリスマスバージョン～
12月1日(月)10:00～11:00
対未就学児と保護者
定5組程度
講師 上田里恵さん
料11/21(金)～

東尾道 子育て支援センター 「あしたひろば」

ペイタウン尾道組合会館内1階
月～金曜9:00～16:00
(祝日、年末年始を除く)
☎0848-47-5585

クリスマス飾りを作ろう
12月9日(火)10:30～11:30
対概ね1歳半～未就園児と保護者
定7組
講師 清田洋子さん(保育士)
料12/2(火)9:00～

栄養相談「もぐもぐ」
栄養士さんにきてみよう
～離乳食、食事の相談～
12月10日(火)10:00～11:30
対妊婦・未就学児の保護者
定5組程度 料11/21(金)～

はっぴいクリスマス
～えいごであそぼう!～
12月17日(水)10:00～11:00
対未就学児と保護者
定6組程度
講師 石原麻理さん
料11/21(金)～

ベビーマッサージ
12月10日(火)①10:00～10:45
②11:00～11:45
対2カ月～歩くまでの子と保護者
定各7組 講師 三浦好美さん
(助産師) 持バスタオル
料12/3(火)9:00～

クリスマス会
12月24日(水)10:30～11:30
対1歳ごろ～未就園児と保護者
定10組
料12/17(水)9:00～

向島 子育て支援センター 「たち」

旧向東支所内
火・水・金・第3土曜9:00～16:00
(第3土曜前日の金曜、祝日、年末年始を除く)
☎0848-45-1305

親子でほっこりわらべうた
12月5日(金)①9:30～10:15
②10:45～11:30
対①歩く前までの子と保護者
②歩ける子と保護者
定各5組程度 講師 前田和子さん
(おのみちわらべ) 料11/21(金)～

みつぎ 子育て支援センター 「みっけ」

みつぎこい会館内
月・火・水・金曜9:00～16:00・第3土曜
9:00～12:00(祝日、年末年始を除く)
☎0848-76-0888

ヨーガなひととき
～子育て中の体をリフレッシュ～
12月9日(火)①9:30～10:15
②10:45～11:30
対未就学児の保護者
講師 上田睦実さん(ヨガインストラクター)
対各5人程度 料11/25(火)～

しめ縄作り
12月12日(金)9:30～11:45
対未就学児の保護者
定5組程度
講師 川口建三さん
持ペンチ、はさみ
料11/28(金)～

クリスマス ハンドベル&ソング
12月20日(火)①9:00～10:15
②10:30～11:45
対未就学児と保護者
定各5組程度
講師 バルフラワー&ママさんシンガー
料12/5(金)～

わかばタイム
あかちゃんとのゆったり時間
～急な病気・ケガの時～
12月17日(水)14:00～15:00
対2～10カ月の子と保護者
定5組程度 料12/1(月)～

ベビーヨーガ
12月19日(金)10:00～11:30
対首が座ってから歩くまでの子
と保護者
講師 吉廣朱美さん(助産師)
定3組程度
料12/1(月)～

尾道市立幼稚園 令和8年度 園児募集



▶受付期間

11月10日(月)~28日(金) 8:30~16:30
 ※土・日・祝日を除く。

▶申込方法

各幼稚園で入園願書を受け取り、希望する幼稚園へ提出

▶入園対象

5歳児(1年保育)

令和2年4月2日~令和3年4月1日生まれの子

4歳児(2年保育)

令和3年4月2日~令和4年4月1日生まれの子

3歳児(3年保育)

令和4年4月2日~令和5年4月1日生まれの子

▶保育料

幼児教育・保育の無償化により、無料です。

▶預かり保育料

300円/回

※市から「保育の必要性」の認定を受けた場合は、無料です。

※1カ月の利用回数に制限があります。

詳しくは、各幼稚園、または教育委員会庶務課にお問い合わせください。

▶募集幼稚園と問い合わせ先

各幼稚園、教育委員会庶務課
 (☎0848-20-7238)

幼稚園名	定員	3歳	4歳	5歳	預かり保育	給食	電話番号
百島	95	○	○	○	○	○	☎0848-73-2811

※三成幼稚園、木ノ庄東幼稚園は令和7年度末をもって閉園します。

※高須幼稚園は令和8年度以降の新入園児募集を行いません。

◎市内の私立幼稚園を含めた幼稚園一覧と連絡先については、市HPをご覧ください。

市HP▶



くらしの窓

健康・福祉

子育て

スポーツ

芸術・文化

情報アラカルト

相談



令和8年度 放課後児童クラブ利用希望者募集

令和7年 11月10日(月)~12月10日(水)

令和8年度中に利用を希望する人は、全員この期間に申請してください。※長期休業日のみ利用を希望する場合も含む。

■対象

放課後や学校休業日に家庭で保育ができない世帯の児童で、次のいずれかに該当するもの

- ①市内の小学校か特別支援学校に在学する児童
- ②市内に住所を有し市外の小学校に在学する児童

■開設(利用)期間

令和8年4月1日~令和9年3月31日

■利用時間

【月~金曜】放課後~18:30※利用希望者が一定以上の場合~19:00

【土曜】8:00~18:00※土曜は利用希望者が一定以上の場合開設。

【長期休業日等】8:00~18:30

※利用希望者が一定以上の場合7:30~19:00

※開設時間に関係なく、18:30以降は有料(1人1回300円)となります。日曜・祝日・盆休み・年末年始は休業

■利用料金(児童1人当たり)

【月~金曜】3,000円(月額)

【月~土曜】4,500円(月額)

※8月分は1,000円加算。

※スポーツ安全保険掛金、諸費、運営費等が別途必要。

■申込受付場所

各放課後児童クラブ、子育て支援課、因島総合支所

※申込書は各放課後児童クラブ、子育て支援課、因島総合支所のほか、御調・向島・瀬戸田の各支所で配布。

■提出書類

利用申込書、就労証明書等

☎子育て支援課(☎0848-38-9215)

■開設場所 ※令和7年度開設状況。

放課後児童クラブ	開設場所	電話番号
吉和	旧吉和幼稚園	☎0848-23-5301
栗原	栗原小学校	☎0848-23-3932
栗原北	栗原北小学校	☎0848-23-9230
山波	山波小学校	☎0848-37-3170
日比崎第1	平原台コミュニティセンター	☎0848-23-3953
日比崎第2	栗原西1丁目4-38	☎0848-22-2822
日比崎第3	日比崎小学校	☎0848-23-3453
高須	ペイタウン尾道組合会館	☎0848-47-6630
高須第2	東部公民館高須南分館	☎0848-46-3151
西藤	西藤小学校敷地内	☎0848-55-2050
三成	美ノ郷町三成1111-4	☎0848-48-0201
三成第2	美ノ郷町三成1185-1	☎0848-48-2662
尾道みなと	尾道みなと小学校	☎0848-37-3930
御調中央	市公民館	☎0848-76-2370
御調西	河内公民館	☎0848-76-1985
美木原	美木原小学校敷地内	☎0848-48-3811
向島中央	向島中央小学校	☎0848-20-6287
向東	向東小学校	☎0848-45-3321
浦崎	浦崎小学校	☎0848-73-2022
因島南	因島南小学校隣接	☎0845-22-2141
因北	因北小学校	☎0845-24-0388
重井	重井小学校	☎0845-25-0161
瀬戸田	瀬戸田市民会館	☎0845-27-2454

※施設の状況及び申込状況により、開設場所を変更・閉所する場合があります。

■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。

☎ 日時期間
☎ 申込方法
☎ 申込先
☎ 場所
☎ 対象
☎ 内容
☎ 定員
☎ 料金
☎ フォックス
☎ 維持費
☎ 電子メール
☎ 縮切
☎ ホームページ

