



## 介護予防教室 「東部んだいじょう部」

日時 7月29日(火) 13:30～  
 場所 浦崎公民館  
 対象 概ね65歳以上の入  
 内容 「1日5分で健康BODY」  
 持参物 室内履き  
 ※今年度は開催場所が毎回変わりますのでご注意ください。  
 ④尾道市東部地域包括支援センター(☎0848-56-0345)

## 看護職のための再チャレンジセミナー ～「もう一度、働きたい！」を応援します～

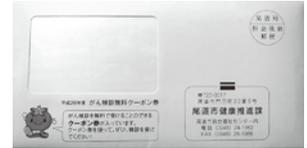
未就業の看護職(保健師・助産師・看護師・准看護師)を対象に、復職のためのセミナーを開催します。  
 日時 7月30日(水) 13:15～15:30  
 場所 総合福祉センター※駐車場あり。  
 内容 ●最近の看護職の働く環境や仕事について  
 ●復職体験者からのメッセージ

●職場復帰までの流れ  
 ●交流会&就業相談ほか  
 ※子ども同伴可。託児があり(要申込)。  
 申込期限 7月23日(水)  
 ④広島県ナースセンター  
 (☎082-293-9786)  
 ④健康推進課(☎0848-24-1961)

## 不妊治療費の助成制度をご存じですか

県では、指定医療機関で不妊治療(体外受精・顕微受精)を受けている夫婦に対して経済的負担の軽減を図るため、治療費の一部を助成しています。  
 助成限度額 1回15万円(採卵を伴わない場合等7.5万円)  
 所得制限 730万円(夫婦合算)  
 ※対象年齢、助成回数・期間、指定医療機関、申請に必要な書類など詳細については、県ホームページをご覧ください。  
 ④広島県東部保健所保健課  
 (☎0848-25-2011)  
 健康推進課(☎0848-24-1960)  
 ④ <http://www.pref.hiroshima.lg.jp/>

## 6月にがん検診無料クーポン券を発送しました



このクーポン券を利用して、市のがん検診(集団健診・医療機関健診)を受診すると、自己負担金が無料になります。

対象 ※平成26年4月1日時点の年齢  
 ◆子宮頸がん 20歳  
 ◆乳がん 40歳  
 ◆大腸がん検診・肝炎ウイルス検診 40・45・50・55・60歳  
 ※人間ドックの場合はクーポン券が利用できない医療機関がありますので、医療機関にご相談ください。(市が委託している医療機関で個別に金額が算定できる場合のみ利用可)  
 ※委託外の検査をした場合は料金が加算。職場の検診は使用不可。  
 ④健康推進課(☎0848-24-1962)

## 健康相談など

健康診査の結果や血圧・体重などを記入できる健康手帳を配布しています。(40歳以上の市民)  
 配布場所 健康推進課、保険年金課、因島総合支所健康推進課、御調保健福祉センター、向島支所、瀬戸田福祉保健センター

### 尾道地域(向島を含む)

健康推進課(☎0848-24-1962)

●こころの健康・ひきこもり相談  
 (要申込/定員各日2人)  
 ◇7月28日(月) 13:30～16:30  
 ◇8月5日(火) 13:00～16:00  
 場所 総合福祉センター  
 対象 こころの悩みのある人かその家族、または概ね18歳以上でひきこもりの状態にある人かその家族  
 担当 精神保健カウンセラー

### 因島・瀬戸田地域

因島総合支所健康推進課(☎0845-22-0123)

●こころの相談(要申込/定員2人)  
 ◇7月25日(金) 13:00～16:00  
 場所 因島総合支所

対象 こころの悩みのある人か家族  
 担当 精神保健カウンセラー  
 ●成人健康相談  
 ◇8月6日(水) 9:30～10:30  
 場所 因島保健センター  
 内容 集団健診結果説明、血圧・体脂肪・骨密度測定、健康相談(保健師)、栄養相談(栄養士)

### 御調地域

御調保健福祉センター(☎0848-76-2235)

●こころの相談(要申込/定員2人)  
 ◇7月23日(水) 13:30～15:30  
 場所 御調保健福祉センター  
 対象 こころの悩みのある人かその家族  
 担当 臨床心理士、保健師  
 ●もの忘れ何でも相談室(要申込)  
 ◇8月21日(木) 13:30～15:00

場所 御調保健福祉センター  
 対象 認知症状のある人を在宅で介護している家族  
 内容 もの忘れ等についての個別相談[申込等は尾道市北部地域包括支援センター(☎0848-76-2495)へ]

### 東部保健所での相談(要申込)

●B型・C型肝炎ウイルス検査  
 ◇第2・4水曜(検査無料)  
 ※他で検査機会がない人が対象です。  
 ※今まで検査を受けたことのない人が対象です。  
 ●HIV抗体検査と相談  
 ◇第2・4水曜(検査無料)  
 ※匿名受付。電話相談随時  
 ●アレルギー疾患相談  
 ◇第3火曜 13:30～15:30  
 内容 生活・栄養相談(お子さんは母子健康手帳持参)  
 ●ひきこもり相談(精神科医師による相談)  
 ◇7月16日(水) 13:30～16:00  
 ④東部保健所保健課(☎0848-25-2011)

## 原爆被爆者二世の健康診断を実施しています

**実施期間** 実施中～平成27年2月28日(土)  
※精密検査については、平成27年3月10日(火)まで。

**対象** 両親のいずれかが原子爆弾被爆者である人

◇広島被爆にあっては、昭和21年6月1日以降に生まれた人

◇長崎被爆にあっては、昭和21年6月4日以降に生まれた人

**申込方法** 平成27年1月31日(土)までに、社会福祉課、各支所に用意してある専用ハガキに必要事項を記入し、県庁被爆者支援課へ申込  
※広島県ホームページから電子申請可能。

※詳しくは、社会福祉課、各支所にあるリーフレットをご覧ください。

☎社会福祉課(☎0848-38-9123)

## 難病講演会と公開相談会

**日時** 8月7日(木) 14:30～16:30

**場所** 広島県尾道庁舎(古浜町26-12)

**対象** 難病(後縦靭帯骨化症、黄色靭帯骨化症)患者、家族とその関係者、保健・医療・福祉関係者

●講演会[14:30～16:00]

**演題** 「後縦靭帯骨化症、黄色靭帯骨化症～病気の理解と日常生活の注意点～」

**講師** 田中信弘さん(広島大学病院 脊椎・脊髄外科診療准教授)

●公開相談会[16:00～16:30]・質疑応答

**申込期限** 7月31日(木)

☎☎広島県東部保健所保健課  
(☎0848-25-4640 ☎0848-25-2463)

## 日本脳炎の予防接種を受けましょう

日本脳炎の予防接種後に重い病気になる事例をきっかけに、平成17年度から平成21年度まで積極的な接種勧奨が控えられていましたが、新たなワクチンが開発され、現在は日本脳炎の予防接種を通常どおり受けられるようになっていきます。

この間に接種の機会を逃した人々

## 平成26年度尾道市御調地区保健福祉大学【夏編】

●7月23日(水) 13:30～15:00

**場所** 公立みつぎ総合病院

**演題** 「備えあれば憂いなし  
～気象予報士から見た日常に潜む危険とは～」

**講師** 南 利幸さん(気象予報士)

**内容** テレビで活躍する気象キャスターが、身のまわりに起こる温暖化の影響などについて、わかりやすく説明します

●8月29日(金)13:30～15:00

**場所** 公立みつぎ総合病院

**演題** 「サトリの心得～温故知新が生む新たなステージ～」

**講師** 加藤慈然さん(妙宣寺住職・尾道観光協会理事)

**内容** 銀山街道や尾道鉄道など過去の文化や歴史をひもとくことから、これからの生き方について考えます

※当日、直接会場にお越しください。

☎御調保健福祉センター(☎0848-76-2235)



南 利幸さん



加藤 慈然さん

(特例対象者)への接種機会を確保するため、接種期間が拡大されています。接種が済んでいない人は、この機会に接種を受けましょう。

**接種場所** 県内の広域予防接種受託医療機関

**対象**

①第1期: 3歳以上7歳6カ月未満の子

②特例: 平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれで接種が済んでいない人

**接種回数**

第1期: 初回2回・追加1回

第2期: 1回(9歳以上での接種)

※接種間隔は、かかりつけ医とご相談ください。

**無料で接種できる期間**

①7歳6カ月未満

②20歳未満

**必要なもの** 予防接種ID番号、母子健康手帳

※予防接種ID番号が分からない人、市外の医療機関で接種希望の人は、健康推進課へご連絡ください。

☎健康推進課(☎0848-24-1961)

## がん啓発サポートキャンペーン～リレーフォーライフジャパン2014尾道～

リレーフォーライフとは、がんと闘う人たちの勇気をたたえ、24時間歩き続けるリレーウォークです。

闘病中の人、家族だけでなく、どなたでも参加できます。この期間中にマンモグラフィ検診車が来ます。

**日時** 9月14日(日) 13:00～15日(祝)13:00

**場所** しまなみ交流館  
駅前港湾緑地

**内容** がんで亡くなった人を偲ぶ夜間のルミナリエ、がん関連講演会、音楽ステージ、踊りなど

※マンモグラフィ(乳がん)検診受診者募集中。

**検診日時** 9月14日(日) 13:00～15:00  
9月15日(祝) 9:00～12:30

**対象** 40歳以上の女性

**定員** 各日30人(抽選)

**料金** 無料(参加費同費1,000円は必要です)

**申込方法** 7月31日(木)までに、「名前、住所、電話番号、年齢、検診希望日」をFAXかEメールで申込

※実行委員・ボランティア・出演者・参加者募集中。詳しくはお問い合わせください。

☎☎リレーフォーライフ広島実行委員会事務局尾道事務所

(☎0848-24-2413 ☎0848-24-2423)

✉ info@rfl-hiroshima.jp

## 後期高齢者医療制度に加入している皆さんへ

### ■後期高齢者医療被保険者証(保険証)の定期更新

後期高齢者医療制度に加入している人の保険証の有効期限は、7月31日(木)までです。8月1日(金)から使用する新しい保険証(紫色)は、7月23日(水)以降に広島県後期高齢者医療広域連合より送付する予定です。8月1日(金)以降に医療機関へ行く際には、必ず新しい保険証を窓口へ提示してください。

古い保険証(橙色)は、自分で廃棄するか、保険年金課、各支所(御調は御調保健福祉センター)へ返却してください。



■保険年金課(☎0848-38-9135) 広島県後期高齢者医療広域連合(☎082-502-3010)

### ■限度額適用・標準負担額減額認定証

市民税非課税世帯の人が受診する場合、医療機関に減額認定証を保険証に添えて提示すると、支払い時の負担が限度額までとなります。

今までに減額認定証の手続きをしたことがあり、今年度の市民税が非課税世帯の人は、手続きの必要はありません。新しい認定証は、被保険者証に同封します。

## 国民健康保険「限度額適用認定証」・「限度額適用・標準負担額減額認定証」の更新

国民健康保険の加入者が医療機関で診療を受けるときに保険証に添えて「限度額適用認定証」か「限度額適用・標準負担額減額認定証」を提示すると、支払い時の負担が限度額までとなります。

現在交付している「限度額適用認定証」と「限度額適用・標準負担額減額認定証」の有効期限は7月31日(木)です。新しい認定証が必要な人は、再度申請してください。

なお、70~74歳の人は、住民税非課税世帯の人が対象です。  
 ※保険料を滞納していると認定証を交付できない場合があります。  
 ※平成27年1月1日の制度改正が予定されているため、70歳未満の人の新しい認定証の有効期限は12月31日(水)です。

### 申請に必要なもの

国民健康保険被保険者証、印鑑(朱肉を使うもの)、現在お持ちの認定証

※適用区分「C」か「II」の認定後、12カ月以内の期間の入院日数が90日を超えた場合、食事代がさらに減額になります。該当すると思われる人は、入院日数が確認できる書類(領収書、入院証明書など)を持参してください。

### 申請場所

保険年金課、各支所(御調は御調保健福祉センター)

■保険年金課(☎0848-38-9142)  
 因島福祉課(☎0845-26-6218)

## 介護保険負担限度額認定の更新手続きはお済みですか

介護保険負担限度額認定証(青色)は6月30日で有効期限が終了しています。現在、この認定証をお持ちの人で、引き続き施設サービスを利用する場合は更新の申請手続きが必要です。なお、初めての申請も随時受付しています。

**対象** 要介護・要支援認定を受けている人で、市民税が非課税の世帯に属する人あるいは生活保護者

※資格要件を満たしている人には、認定証(濃桃色)を交付します。利用施設に被保険者証とともに提示してください。

### 申請に必要なもの 印鑑

※提出期限はありませんが、認定期間は申請のあった月の初日からとなりますので、ご注意ください。

■高年齢者福祉課(☎0848-38-9118)  
 因島福祉課(☎0845-26-6221)

介護保険負担限度額認定証	
交付年月日 年 月 日	
姓 名	
フリガナ	
氏 名	
生 年 月 日	年 月 日 性別
通 用 年 月 日	年 月 日 から
有 効 期 限	年 月 日 まで
介護の負担限度額	円
居宅費又は介護費の負担限度額	円
	円
	円
保険者番号並びに保険者の名称及び印	

■料金表示のないものは参加無料です。 ☎電話 FAXファックス ②電子メール ④ホームページ ⑤申込先 ⑥問い合わせ先

## 重度障害者医療費受給者証を更新します

「重度障害者」の医療費受給者証は7月31日(木)で期限切れになります。

該当者には新しい受給者証を送付しますので、8月1日(金)以降、その受給者証で受診してください。

該当者で、現在受給者証をお持ちでない人は、担当窓口にご相談ください。(※所得制限があります。)

**対象** 身体障害者手帳(1・2・3級)か療育手帳(マルA・A・マルB)の交付を受けている人

**内容** 保険診療の自己負担分のうち、一部負担金(医療機関ごとに1日200円)を除いた部分を負担

**☎** 社会福祉課(☎0848-38-9125)  
因島福祉課(☎0845-26-6210)

## 40~74歳の国保加入者の健診結果情報提供に対し2,000円助成します

**対象** 平成26年4月1日以前から助成金の申請日まで引き続き市国保資格のある人

※この助成を受けた場合、その年度中は特定健診と市国保の人間ドックの助成不可。

※既に特定健診や人間ドックの助成を受けている人は、対象外。

**申請に必要なもの** 結果通知票、受診者の保険証、特定健診受診券(う

# まめまめ通信⑬

## 肝臓をいたわってあげましょう!7月28日は、「日本肝炎デー」です!

7月28日(月)~8月3日(日)は、「肝臓週間」です。

最近、肝硬変、肝臓がんの原因として、ウイルス性肝炎に加え、「脂肪肝」が増えていることをご存じですか。



**【肝臓にやさしい暮らしのヒント!】**脂肪肝を予防し、肝硬変等にならないため

- ①酒を控える
  - ②食べすぎを控える
  - ③一生に一度は、肝炎ウイルス検査を受けよう。受けたことがある人は、年に1回特定健診の血液検査で、肝機能の状態をチェックするのがおススメです。
- 適切な運動もおすすめ

### 第2次健康おのみち21

#### 【飲酒についての行動目標】

- 飲酒する人は、休肝日の確保、1日1合程度の適正飲酒量にしよう!
- アルコールは分解に時間がかかることを知り、飲酒運転をしないようにしましょう!

【1日の適正飲酒量】

- ・日本酒1合
- ・ビール中瓶1本
- ・焼酎1/2合
- ・ウイスキーダブル1本
- ・ワイングラス2杯



厚生労働省  
肝炎総合対策の  
マスコット「肝ちゃん」  
より一言!

肝臓は、多少のダメージでは弱音を吐かない臓器だけに、普段の生活の中で意識的にいたわってあげることが大切なんだ。ぜひ、この機会に生活習慣を見直してみるといいよ。



**☎健康推進課(☎0848-24-1962)**

す水色の紙)、受診者の口座番号のわかるもの(通帳やキャッシュカード等)、認印(朱肉を使うもの)

**申請期限** 平成27年3月31日(火)

**申請場所** 保険年金課、各支所(御調は御調保健福祉センター)

**☎** 保険年金課(☎0848-38-9107)

### 献血

日程	場所	受付時間
7/23(水)	市役所公会堂	10:00~11:30
		12:30~15:30
25(金)	因島総合支所	13:00~16:00
30(水)	加度商	9:00~11:00

**☎** 尾道市公衆衛生推進協議会(☎0848-24-1177)

当番医 診療時間 午前9時~午後5時(時間厳守) 尾道市医師会	月日	内科系	小児科系	外科	当番医 診療時間 午前9時~午後1時(時間厳守) 尾道市歯科医師会	歯科
	7月20日	クリニックながさか(内)久保1 ☎37-5890	土本ファミリークリニック(小内)向島 ☎44-0246	正岡外科胃腸科医院(外)栗原西1 ☎23-5255		おおもとクローバー歯科クリニック土堂2 ☎24-7088
21日	湯浅内科(内)土堂2 ☎23-7070	田辺クリニック(内小)古浜 ☎24-1155	上野整形外科(外)高須 ☎46-0080	岡田歯科医院沖側 ☎23-8188		
27日	平櫛内科医院(内)栗原東2 ☎22-9748	宮地クリニック(小)栗原 ☎22-8855	吉原胃腸科外科(外)向東 ☎45-0007	井上歯科医院土堂1 ☎22-3588		
8月3日	松本病院(内)久保3 ☎37-2400	かなもと医院(小内)門田 ☎23-4677	徳毛外科医院(外)新浜1 ☎25-2233	大元歯科医院尾崎本 ☎37-3332		
10日	大田垣医院(内)向島 ☎44-0660	こどもクリニックさとう(小内)久保1 ☎20-7330	くさか整形外科(外)美ノ郷 ☎48-4870	オカノ歯科医院栗原 ☎24-0240		
14日	木曾病院(内)神田 ☎23-5858	宇根クリニック(小内)高須 ☎47-4111	坂上整形外科クリニック(外)向東 ☎45-3800	鍋島歯科医院土堂1 ☎22-2878		
15日	山本医院(内)美ノ郷 ☎48-0021	藤本医院(内小)栗原 ☎23-2424	得本医院(外)向島 ☎45-0555	はしづか歯科医院新浜2 ☎24-3355		

※市外局番はいずれも「0848」です。※診療時間にご注意ください。

※変更になることがありますので、尾道市消防局(☎0848-55-0119)または当番医へ受診前に電話でご確認ください。

※因島地区については、「因島医師会病院(因島中庄町 ☎0845-24-1210)」がすべての休日に対応します。

※瀬戸田地区については、お知らせカレンダーをご参照ください。

# 子育て



【尾道地域(向島を含む)】園健康推進課 (☎0848-24-1960 ☎0848-24-1966)  
 【因島・瀬戸田地域】園因島総合支所健康推進課(☎0845-22-0123)  
 【御調地域】園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	健診名	場所	日程
4カ月児健診	総合福祉センター	7月23日(水)・24日(木)	3歳児健診	総合福祉センター	8月6日(水)・7日(木)
	御調保健福祉センター	8月7日(木)		瀬戸田福祉保健センター	7月18日(金)
	瀬戸田福祉保健センター	7月18日(金)			
1歳6カ月児健診	因島保健センター	7月17日(木)			
	瀬戸田福祉保健センター	7月18日(金)			

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ホームページをご覧ください。

## 相談・講習会

行事名	場所	日程	受付時間(終了時間)	対象	備考
離乳食講習会(要申込)	総合福祉センター	7月28日(月)	9:40~10:00 (11:40まで)	乳児の家族 ※定員18人 ※託児あり	内容 調理実習、栄養相談 持参物 母子健康手帳、筆記用具、エプロン、マスク、三角巾
5歳児相談(要予約)	総合福祉センター	7月31日(木)	13:00~	平成21年6月生まれで発達等気になることがある人	申し込み先 通っている市内保育所・幼稚園(市内保育所等に通っていない人は健康推進課へ)
乳児健康相談	御調保健福祉センター	8月7日(木)	13:30~14:00	0~12カ月の児	内容 身体計測、育児・栄養相談 持参物 母子健康手帳

## おのみち子育て支援センター

(☎0848-37-2409)月~金曜(祝日を除く)9:00~16:00

	行事名	日時	定員	申込	内容・対象など
相談	子育て、人間関係の悩み相談 ~子どもとママのリフレッシュ~	月1回、日程は相談のうえ決定	若干名	受付中	子育ての悩みや夫婦・家族間、身近な人間関係についての相談。まずは電話を。(初回優先・原則3回まで)児童家庭支援センターまごころ臨床心理士
	子育て応援相談~子どもの様子が気になっていませんか~	月1回、日程は相談のうえ決定	若干名	受付中	日常生活の中でお子さんの様子についての相談、あそび方や関わり方の紹介
	栄養相談~ぱくぱくタイム~	8/19(水) 10:00~11:30	なし	不要	食事(離乳食、授乳含む)についての相談や情報交換。身長、体重測定もできます。
子育て支援講座	親子であそぼう ~はいはいクラブ~	8/4(月) 10:00~11:30	15組	7/28 13:30~	親子のできるふれあいあそび。対象:概ね7カ月~1歳半の子と家族※要電話申込
	リトミック ~音をつかっであそぼう~	8/6(水) 10:00~11:30	20組	7/30 13:30~	親子で一緒に、聞いて、見て、体を使った感覚あそび。対象:概ね1歳半~2歳半までの子と家族 講師:宮本孝子さん(音楽療法士)※要電話申込
	赤ちゃんとさわりっこ! ~タッチケア~	8/22(金) 10:00~11:30	15組	8/15 13:30~	赤ちゃんとふれあいながら親子のコミュニケーションを深めませんか。講師:沖村暁美さん(日本タッチケア協会認定指導者)対象:概ね2~6カ月の子と家族、タッチケアに興味のある人※要電話申込
	親子であそぼう ~てくてくクラブ~	8/27(水) 10:00~11:30	15組	8/20 13:30~	親子で身体を使った遊び。対象:概ね1歳半~3歳の子と家族。※要電話申込
	水あそびをして夏を楽しもう	7/25(金)・8/1(金)・8/7(木)の 10:30~11:30	なし	不要	戸外で、夏ならではのあそびを楽しみませんか。場所:人権文化センター-玄関前(雨天中止)※ビニールプールに入るので、水着や水あそびパンツ・タオルを用意して来てね。オープンスペースも利用可。
	オープンスペース 向島deあそぼう	8/20(水) 10:00~12:00	なし	不要	場所:市民センターむかいしま内(晴れていたら芝生広場で、ビニールプールを使って水あそびをします。)※時間内は自由遊び。相談可。

開設時間は、オープンスペースで自由に遊べます。毎日11時と15時には絵本や紙芝居の読み聞かせなどを行っています。また、保育士が、生活リズムやしつけ、子どもとの遊び方など、育児についての悩みをお聞きしています。(電話相談、個別相談も可)

## いんのしま子育て支援センター

(☎0845-22-1545)月~金曜(祝日を除く)9:00~16:00

	行事名	日時	定員	申込	内容・対象など
相談	気がかり相談	8/19(水) 10:00~11:50	2組	受付中	おかあさんひとりでの悩まないで。子育ての困りごと(育児に疲れた、子どもが親の言うことを聞かない、非行、不登校ひきこもりなど)に、臨床心理士が相談に応じます。相談員:浮田明子さん(児童家庭支援センターまごころ)
子育て支援講座	作ってあそぼう! むにゅむにゅスライム!	8/7(木) 10:00~11:00	15組	7/24~	子どもは喜び、大人は触っているだけで癒される不思議なおもちゃ「手作りスライム」汚れてもいい服で来てね。対象:2歳以上未就園の子と保護者
	みかんちゃんどリトミック	8/8(金) 10:30~11:00	なし	不要	初めて参加しても楽しめるリズム遊び。対象:未就園の子と保護者 講師:村上清美さん
	せとだde支援センター	8/27(水) 10:00~12:00	なし	不要	場所:瀬戸田市民会館 対象:未就学の子と保護者 ※いんのしま子育て支援センターが瀬戸田に出張します。遊びに来てね! ※いんのしま子育て支援センターも開館しています。
	わくわくお話し広場	8/28(木) ①10:45~11:15 ②15:15~15:45	なし	不要	パネルソング「くいしんぼおぼけ」・エプロンシアター「ぞうくんのさんぽ」・手遊び他 対象:未就学の子と保護者

■料金表示のないものは参加無料です。

☎電話

☎ファックス

✉電子メール

🏠ホームページ

📄申込先

🗨️お問い合わせ先

# おのみちキッズフェスタ

8月2日(土)



場所 市民センターむかいしま



8月3日(日)

時間 10:00~15:00

- ◇向島中央小学校グリーンハーモニー
- ◇栗原小学校プラスバンド部
- ◇島鼓美 ◇ジャグリング
- ◇ワークショップ「帆布コースターのたたき染め」  
(参加費500円)
- ◇カラーリング体験 ◇絵の教室
- ◇尾道民話紙芝居
- ◇子どもレスキュー
- ◇一緒にいいね！親子体操※要申込  
①10:00~10:45(3歳~年長と親/20組)  
②11:00~12:00(小学生と親/15組)
- ◇けん玉名人とあそぼう！
- ◇キラリ☆オリジナルプラ板
- ◇子育てサロンの活動紹介&エプロンシアター
- ◇学校給食を知ろう!!キーワードは~中味はなあに~
- ◇子どもの健康相談 ◇歯とお口の健康チェック(3日もあり)
- ◇スタンプラリー ほか

- ◇わくわくたまごのブックショー
- ◇バルーンパフォーマンス
- ◇キッズフェスタde乳がん検診！
- ◇保育所・認定こども園ってどんなところ？
- ◇幼稚園へ行こう！ ◇リース作り
- ◇ヒューマンビートボックス&ヨーヨーパフォーマンス
- ◇分別戦隊エコレンジャーショー
- ◇親子のふれあい~ベビーマッサージ~※要申込  
①13:00~13:50 ②14:10~15:00  
(1歳未満の子と親/各回15組/参加費200円)
- ◇JAXAコズミックカレッジ「かさ袋ロケットをつくって宇宙まで飛ばそう！」※要申込  
①10:00~11:45 ②13:15~15:00  
(概ね幼児~小学3年生と親/各回15組)
- ◇親子で作ろう“尾道産ぶどうを使った「おのみちスイーツ」”※要申込  
(小学生と親/10組/参加費500円)
- ◇カブラのお部屋 ほか

対象 子ども、保護者、一般市民

※要申込は7月24日(木)までに申し込みください。 ※市内各図書館で協賛行事があります。

※駐車場に限りがあるため、公共交通機関をご利用ください。

☎おのみちキッズフェスタ実行委員会(生涯学習課 ☎0848-20-7444 / FAX0848-37-0233)

## ひとり親家庭の親子交流会 ~そうめん流し~

日時 7月26日(土) 10:00~13:00

場所 総合福祉センター

対象 ひとり親家庭の親子(定員15組)

参加費 一人300円(材料代)

持参物 お茶、ふきん、台ふき、タオル、帽子、濡れてもいい服装

申込期限 7月23日(水)

☎母子福祉センター(☎0848-22-8385)

## まごころ講座

### ■セカンドステップ・親子塾

子どもが自分や人の気持ちを知り、友だちとどのように仲よくできるかのコツを親子で体験しましょう。

日時 7月28日(月)・30日(水)

10:00~11:30

場所 市民センターむかいしま

対象 年中~小学2年生と親

定員 20組

☎児童家庭支援センターまごころ  
(☎0848-24-0556)

## パソコン教室 ~エクセル中級編~

日程 8月7日~10月16日の木曜  
19:00~21:00(全10回)

場所 総合福祉センター

対象 ひとり親家庭の親か寡婦

内容 少し高度な関数とグラフやデータベースなど(定員10人)

受講料 4,000円(テキスト代込)

申込期限 7月31日(木)

※最少遂行人数に達しない場合中止。

☎母子福祉センター(☎0848-22-8385)

## おさかな参観日

日時 8月30日(土) 9:30~13:00

※雨天決行。

場所 向島町干汐海岸

対象 市内の小学生親子(定員20組)

内容 向島の漁業のお話、お魚つかみ取り、さばき方教室

持参物 水筒、帽子、軍手、タオル、着替え、エプロン、三角巾、昼食用おにぎり、持ち帰り容器

申込方法 7月31日(木)までに、「住所、名前、生年月日、電話番号」をFAXまたは郵送で申込

☎〒722-8501 向島町5531-1 向島支所しまおこし課  
(☎0848-44-0112 FAX0848-44-2569)

## 児童手当現況届の提出はお済みですか

未提出の場合は6月分以降の手当(10月支払)が支給されませんので早急に提出してください。

提出した人には8月下旬ごろ、審査結果を通知します。

提出先 子育て支援課、因島総合支所、御調・向島・瀬戸田・浦崎・百島の各支所

☎子育て支援課(☎0848-38-9112)

## 北久保児童館で遊ぼう!~夏休みチャレンジ広場~

申込	行事名	日時	行事名	対象者	講師	持参物・参加費
☆	将棋・囲碁で遊ぼう	7月24日(木) 13:30~15:00	15人	小学生	木原康孝さん	お茶
☆	紙飛行機を作って飛ばそう	7月25日(金) 13:30~15:00	15人	幼児(3歳児以上) 小学生	毛利正昭さん	お茶
☆	キッズダンス	7月30日(水) 10:00~11:00	20人	小学生 (ダンス未経験者)	川内久未さん (フィットネスインストラクター)	動きやすい服装、(履きなれた運動靴)お茶、タオル
☆	サイエンスショー 「うちを作ろう」	8月4日(月) 13:30~15:00	40人	小学生	山縣圭子さん (サイエンスインストラクター)	お茶、手拭タオル
☆	パステルリーボンアート	8月8日(金) 10:30~11:30	10人	小学生	松村麻寿美さん (fu:la pastel art主催)	お茶、材料費500円
★	スライムをつくろう(幼児編)	8月21日(木) 13:30~14:30	10人	幼児 (3歳児以上)	児童館職員	お茶、持って帰る用ビニール袋、 割箸3膳、材料費100円
★	スライムをつくろう(児童編)	8月22日(金) 13:30~14:30	15人	小学生	児童館職員	お茶、持って帰る用ビニール袋、 割箸3膳、材料費100円
★	ミニキャンドルをつくろう	8月26日(火) 13:30~14:30	10人	小学生	児童館職員	お茶、持って帰る用ビニール袋、スチール缶(高 さ約7cm、直径約6cm)割箸3膳、材料費200円

※各講座の参加は一人2つまで。

※小学生は児童だけで参加できますが、幼児(3歳児以上)は保護者同伴での申込。

### 【申込方法】

☆印の講座: 7月14日(月)10:00から電話か来館で申込    ★印の講座: 7月28日(月)10:00から電話か来館で申込

☎北久保児童館(☎0848-20-7192)

# スポーツ



## 長者原スポーツセンター行事案内 (☎0848-48-5677)

7月18日(金)	尾道市おりづる出前教室	8月2日(土)	尾三地区高体連卓球競技1年生大会
19日(土)	尾道市中体連夏季総合体育大会卓球の部	3日(日)	北部地区第5回男子ソフトバレーボール大会
20日(日)	第36回小中学生交歓柔道大会		北部地区第4回女子ソフトバレーボール大会
21日(祝)	第1回リトルスターズカップ(ミニバスケットボール男子の部)	9日(土)	第30回ローズカップミニバスケットボール交歓大会
23日(水)	尾道市中学校夏季総合体育大会(バレーボール女子の部)	※行事案内は予定のため、変更・中止されることがあります。	
26日(土)	第26回広島県小学生総合体育大会(バレーボールの部)		
27日(日)	南部地区中体連夏季総合体育大会卓球の部		

## 県立びんご運動公園行事案内 (☎0848-48-5446) HP <http://bingo.npo-polano.or.jp/>

7月16日(水)	第96回全国高校野球選手権広島大会(7/17・19・20・23・24・26・27)	8月2日(土)	2014Jリーグ(U-14)サザンクロスA
17日(木)	7月親睦交歓大会(ゴルフ)		第21回尾道市長旗争奪シニア野球大会(8/3)
19日(土)	2014Jリーグ(U-13)サザンクロスA		姉妹都市今治市・尾道市少年スポーツ交歓大会(サッカー・ミニバスケット)
	第43回広島県中学生ソフトテニス選手権大会(7/20)	3日(日)	第115回ソフトテニス研修大会
20日(日)	第23回フジカップ尾道ママさんバレーボール大会		東部サッカーリーグ(8/10)
	平成26年度広島県ソフトバレーボール連盟帯同審判更新講習会		第17回びんご地区社会人リーグ
	第14回びんご地区キッズ(U-6~8)サッカー大会		平成26年度尾道市スポーツフェスティバル第63回市民水泳大会
21日(祝)	第11回ヨネックス杯しまなみオープンバドミントン大会	4日(月)	第16回尾三バスケットボール交流会大会(澤山正彦杯)(8/5・6)
	高円宮杯(U-15)プログレスリーグ2014	7日(木)	第42回中国中学校ソフトテニス選手権大会(8/8・9)
	2014びんごリーグ(U-11)		尾三地区高等学校陸上競技選手権大会(8/8)
	2014テニス名球会による定期交流大会	9日(土)	第30回ローズカップミニバスケットボール交歓大会(8/10)
	ポラーノベースボールJr.カップ中学生硬式野球大会		日本ラクロス協会中国地区開幕戦
23日(水)	平成26年度尾道市中学校夏季総合体育大会(バスケットボール)(7/24)		第10回大田祥子旗野球大会
	第61回尾道グランドゴルフ交歓大会	10日(日)	フェニックスジュニアユース交流大会17(サッカー)
24日(木)	平成26年度尾道市中学校夏季総合体育大会(ソフトテニス)		学童少年交流試合
25日(金)	全国中学校テニス選手権中国予選大会(7/26・27)		トークス杯ダブルテニス大会
26日(土)	第26回広島県小学生総合体育大会(バレーボール)	11日(月)	尾三地区高等学校ソフトテニス夏季選手権大会(8/12)
	第64回南部地区中学校夏季総合体育大会兼尾道・三原・豊田・竹原・世羅中学校夏季総合体育大会(陸上競技)	13日(水)	三原東高校野球部OB・三原高校野球部OB対抗試合
27日(日)	第6回尾道オープン3ダブルス卓球大会 団体戦	※行事案内は予定のため、変更・中止されることがあります。	
	尾三地区スポーツダンス交流会		
28日(月)	南部地区中学校夏季総合体育大会(広島県総合体育大会予選)(サッカー)		
29日(火)	第64回南部地区中学校夏季総合体育大会(バレーボール)		
31日(木)	第64回南部地区中学校夏季総合体育大会(バスケットボール)(8/1)		

■料金表示のないものは参加無料です。

☎電話

☎ファックス

✉電子メール

HPホームページ

☎申込先

☎問い合わせ先

## マリンスポーツ無料体験会

日時 7月25日(金) 10:00~12:00  
場所 マリン・ユース・センター(向島町立花)  
対象 小学生以上  
内容 カヌーとバナナボートの無料体験  
※7月11日(金)から受付開始。  
定員 30人  
甲斐県マリンスポーツ・センター  
(☎0848-44-6707)

## 平成26年度 尾道市スポーツフェスティバル 第63回市民水泳大会 ~あなたも、力いっぱい泳いでみませんか~

日時 8月3日(日) 9:00~  
場所 県立びんご運動公園コミュニティプール  
対象 小・中学生の部、一般の部  
参加費 高校生以上500円、小・中学生300円  
※参加者全員に記録証・参加賞があります。  
申込方法 7月18日(金)までに、びんご運動公園、長者原スポーツセンター等にある所定の申込書で申込  
※締切後は申込不可。

甲斐県尾道市体育協会事務局(生涯学習課内)☎0848-20-7499)

## 因島総合体育大会(水泳の部)

日時 7月27日(日) 8:30~12:30  
場所 因北小学校プール  
対象 因島地区・瀬戸田町・上島町在住の人(小学3年生以下は4年生以下として競技に参加可。小・中学生は保護者の同意が必要)  
種目 背泳ぎ、平泳ぎ、個人メドレー、200mリレー ほか  
参加費 100円(保険代)  
申込方法 7月23日(水) 17:00までに所定の申込書で申込  
※小学生は各小学校へ申込。  
甲斐県水泳連盟事務局  
(宮崎☎0845-22-8703)

## 夏休み短期集中こども 水泳教室参加者募集

日時 7月28日(月)~30日(水)、8月4日(月)~6日(水)、8月11日(月)~13日(水)  
場所 県立びんご運動公園コミュニティプール  
対象 3歳~未就学児、小学1~6年生  
内容 未就学児:水遊びコース  
小学生:初心者~初級コース

※10:00~14:00の間で小学生は1クラス1時間、未就学児は1クラス40分。

定員 水遊びコース 8人、初心者・初級コース各10人(抽選)  
参加費 水遊びコース2,500円、その他コース3,000円(3回)  
申込期限 7月18日(金)(必着)  
申込方法 往復ハガキにて申込  
※詳しくは、お問い合わせください。  
甲斐県立びんご運動公園  
(☎0848-48-5446)

## 硬式テニスキッズ練習会 参加者募集

日時 8月5日(火) 10:00~12:00  
場所 びんご運動公園屋根付きコート  
対象 5歳以上から小学生までの初心者(定員100人)  
指導者 日本女子テニス連盟広島県支部東部地区役員  
持参物 タオル・飲み物等  
※テニスラケットは貸出。テニスのできる服装・テニスシューズまたは運動靴。  
申込期限 7月28日(月)  
甲斐県日本女子テニス連盟広島県支部東部(☎080-3052-0084)

## 屋外施設の早朝開放

夏期の熱中症予防対策、市民の健康習慣へ寄与するために早朝を運動を推進し、さらに施設の利用促進のために一部の屋外施設を夏期限定で開放します。

期間 開放中~8月31日(日)※各施設の休館日は除く。

### 手続き方法

- (1) 使用日の前日までに、各施設の窓口で使用の手続きと使用料を納付してください。
- (2) 各施設利用の注意事項等を確認のうえ、使用に必要な物品等を渡します。
- (3) 使用後は、現状回復と受け取った物品等を指定された箇所へ返却してください。

### 対象施設と開放時間

施設名	施設の詳細	使用料	開放時間
向島運動公園	多目的グラウンド	有料	5:30~8:30
	テニスコート		
	多目的芝広場(専用利用のみ)		
	グラウンド・ゴルフ場(専用利用のみ)		
市民スポーツ広場	長者原・東尾道・江奥・立花・河内	無料	6:00~8:00

※使用料は1時間ごとに必要です。金額はお問い合わせください。

※安全管理上、広場の個人利用はできません。

※長者原スポーツセンター(☎0848-48-5677)のテニスコートも開放しています。別途ご確認ください。

甲斐県生涯学習課(☎0848-20-7499)