11月 たんぽぽ通信

（令和８年11月発行）
府中ひかり保育園子育て支援センター
TEL ： 082-282-9393

【 支援センター・出前講座、活動時間 ⇒ 午前10時 ～ 12時 ・ 育児相談 ⇒ 午前10時 ～ 午後３時 】

★ オープンスペース（0、1、2歳以上）、絵本とバイオリンでホッ！に参加ご希望の方は予約が必要です。
予約は、右のQRコードを読み取り、必要事項を入力してください。
お申し込みは、**前日の24時まで可能です。**　※ キャンセルは、予約確認メールからできます。
当日、「行きたいな」と思ったら直接、支援センターまでお電話くださいね。

★ 出前講座以外は支援センターが会場です。
★ 親子が遊ぶ場です。スマホは触らないで、お子さんと楽しく遊びましょう。
★ 午前８時の時点で警報が出ている場合は、その日の活動は中止になります。



月	火	水	木	金
2 オープンスペース （1歳児） ※ 臨床心理士 片木先生	3  	4 **出前講座** ≪広場ひかりっこ≫ 会場＝府中公民館 （0～3歳児）	5 オープンスペース （2歳児以上）	6 オープンスペース （0歳児）
9 オープンスペース （1歳児）	10 たんぽぽクラブ （登録者） ≪園庭で遊ぼう≫	11 オープンスペース （0歳児）	12 オープンスペース （2歳児以上）	13 
16 オープンスペース （1歳児）	17 たんぽぽクラブ （登録者） ≪ママヨガ≫	18 オープンスペース （0歳児） ※ 小児科医 田中先生	19 **園庭開放** ※ **雨天の場合は 支援センターを開放**	20 **出前講座** ≪広場ひかりっこ≫ 会場＝くすのきプラザ （0～3歳児）
23 振替休日 	24 たんぽぽクラブ （登録者） ≪コーナー遊び≫	25 オープンスペース （0歳児）	26 オープンスペース （2歳児以上） ※ 小児科医 田中先生	27 ひかり子育て フェスティバル 

ひかり子育てフェスティバル

児童虐待防止のための“子育て応援”

＜日時＞　令和８年１１月27日（金）　９：45～12：30
＜会場＞　第二府中ひかり保育園３階ホール ・ 園庭 ・ 支援センター
＜対象＞　０歳～３歳児
○　９：45～　受付開始　（第二府中ひかり保育園入口）
○　10：15～10：45　親子コンサート（つばきのつぼみの会の皆さん）

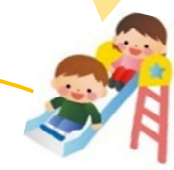


11時～
園内見学
★要予約 25組



11時～
手形アート
（1歳以上）
★ 要予約 30組

11時～
ハイハイレース
（0歳児）
★ 要予約 20組



11時～
★ 園庭（1歳以上）
遊具や砂場で遊ぼう！
★ ホール（0歳児）
自由遊び

11時15分～
後期離乳食
試食体験
★要予約 10組





11時半～
紙芝居もあるよ！

予約は１１月12日（木）まで 右のQRコードからお申込みください。
※ 当日の駐車場はありません。自転車、ベビーカーは専用スペースに停めてください。

～保健ニュース～　気を付けよう！インフルエンザ

全国的に早いペースで流行しているインフルエンザですが、広島県内でも患者数が増え、流行入りが発表されています。広島市内では学級閉鎖となっている学校も増えています。本格的な流行シーズンに入る前に予防接種を済ませ、インフルエンザの流行に備えましょう。



インフルエンザの予防接種について

感染後に発症する可能性を少なくする効果と、発症した場合の重症化防止に有効と言われています。生後６ヶ月～１３歳未満は免疫がつきにくいため２回接種が必要です。接種後、抗体ができるまでに２週間程度かかります。効果は５ヶ月程度持続するので、10 月から接種すれば流行の始まりからしっかりカバーできます。

最近では、鼻に噴霧するタイプのインフルエンザワクチン（フルミスト）を接種するお子さんが増えています。従来の注射タイプのワクチンと異なり、痛みがなく１回の接種で済むこと、高い発症予防効果があること、注射のワクチンに比べ効果が長く続くことなどメリットがあります。



※ フルミストは対象年齢（２歳～１８歳）が限られています。
※ 取り扱い医療機関は限定的な可能性があります。各医療機関に問い合わせてください。
※ 接種費用は医療機関ごとに設定され、相場はおよそ注射のタイプで 3000～5000 円/回が目安です。子どもは２回接種のため、合計費用がかかります。経鼻フルミストは１回 8000 円程度が目安です。医療機関で確認するようにしてください。

インフルエンザ予防接種 Q&A

Q．ワクチンを接種していてもインフルエンザにかかったのですが、接種した方が良いでしょうか？

A．ワクチンを打っていてもインフルエンザにかかることはあります。しかし、ワクチンは発症を予防する効果だけでなく、インフルエンザにかかった場合の脳症や肺炎などの重症化防止にも有効だと言われています。



Q．どのような副反応がありますか？

A．インフルエンザワクチンは安全性の高いワクチンですが、接種後に副反応がみられることがあります。
注射のワクチンでは、接種部位の腫れ・痛み、発熱などの症状がみられることがあります。
経鼻フルミストでは、鼻水・鼻づまり・喉の痛みなど特に鼻や喉の症状が多くみられます。
いずれも多くは軽症であり、数日間で自然におさまります。不安のある方はかかりつけの小児科で相談されると良いでしょう。



（府中ひかり保育園 ほけんだよりより）

絵本紹介

≪ どんぐりころちゃん ≫　　みなみじゅんこ／作　　出版 ： アリス館　　定価:1,210 円

わらべ歌にのって、どんぐりたちが可愛く歌って踊ります。「どんぐりはちくりしょ」の後、ぽーん！ とはじけて子どもは大笑いです。子どもをお膝に抱っこで読むのも良し！最後はじゃんけんで終わっても楽しい！一緒に体を動かしながらも読めて、子供の年齢に合わせて様々なおもしろさがある絵本です。



わらべうたは、作り手が不明の歌のことで、「はちくりしょ」の言葉の意味はわかっていませんが、作者のみなみじゅんこさんは「どんぐりたちの、それ行くぞ～という掛け声のよう」だと感じており絵本の中でもそのように表現されています。子どもは高い高いが大好き。お家でも歌ってふれあいの時間を過ごしてくださいね。



（ アリス館 HP より ）

地域子育て支援センターとは･･･

＊ 親子で触れあい遊びを楽しみ、育児不安等の悩みを気軽に相談できる、親子ともにリフレッシュできる、**乳幼児親子参加型の「つどいの広場」**です。
＊ 友達をたくさん作り、子育ての楽しさ、大変さを共有し、お互いに育ちあう喜びを実感しましょう。



【育児相談日】

11 月 18 日(水) 、26 日(木)　　小児科医　田中先生
11 月 2 日(月)　　臨床心理士　片木先生

月曜日から金曜日 10 時～15 時まで、支援センタースタッフが、電話、面談相談を行っています。 また、遊びに来られた時にも、子どもさんの気になることがあれば、気軽にお話を聞かせてくださいね。（秘密厳守、無料）

府中ひかり保育園子育て支援センター
＜TEL:082-282-9393　mail ： tan-popo@fuchu-hikari.jp＞
（令和８年 11 月発行）