

親子でお出かけ

お役立ち情報

赤ちゃんの駅

「赤ちゃんの駅」とは、授乳やおむつ替えのために自由に利用できる場所です。市内の公共施設をはじめ、スーパーやデパートなどの商業施設、飲食店など、200か所以上の登録施設があります。ミヤリーのロゴマークが入ったのぼり旗やステッカーなどが掲示してありますので、お気軽にご利用ください。施設によって利用できる内容が異なりますので、詳細はHPなどでご確認ください。

問合せ先 子ども政策課 企画調整グループ
TEL 632-2342



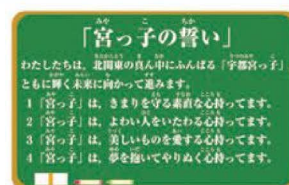
宮っ子の誓いカード

「宮っ子の誓い」は、子どもたちが毎日の生活の中で、自ら守り実行する『やくそくごと』です。宮っ子がこのカードを提示すると、入場料が無料になる施設もあります。

●宮っ子の誓いカード配布場所

- ・幼稚園児、保育園児、私立等小中学校に通う児童生徒→各園、学校を通して配付
 - ・宇都宮市立の小中学校に通う児童生徒→学校から配られる宮っ子ダイアリー（連絡帳）に掲載
- このほか市役所13階の教育企画課や、各地区市民センター、生涯学習センター等の窓口
- ※カードを使用できるのは、宇都宮市に住んでいるか、宇都宮市内に通っている「宇都宮っ子」です。

問合せ先 教育企画課 企画グループ TEL 632-2707



とちぎ笑顔つぎつぎカード事業

「とちぎ笑顔つぎつぎカード事業」とは、県民総ぐるみで結婚・子育てを支援するために、県域を代表する各団体が協力して設立した「とちぎ未来クラブ」が実施している事業です。この事業に協賛いただいている企業や商店等に「とちぎ笑顔つぎつぎカード」を提示することで、協賛店舗・施設が独自に設定する割引・特典等の優待サービスが受けられます。

●「とちぎ笑顔つぎつぎカード」配布窓口

- ・子ども政策課(市役所本庁舎2階)
- ・各地区市民センター
- ・各出張所

●配布時に必要なもの

- ・お子様の年齢が確認できるもの(母子健康手帳、健康保険証など)

※「宮っこ子育てアプリ」から表示することでもサービスが受けられます。

「宮っこ子育てアプリ」の詳細は、P.5をご覧ください。



問合せ先 「とちぎ笑顔つぎつぎカード」の配布に関すること……子ども政策課 企画調整グループ TEL 632-2342

「とちぎ笑顔つぎつぎカード事業」に関すること……下野新聞社「とちぎ笑顔つぎつぎカード」係 TEL 625-5333

子育てサロン

おおむね3歳までのお子さまとその家族・妊婦さんとその家族の、育児に関する相談や情報の提供と親子で遊ぶ「場」の提供を行っています。

施設名	所在地	利用時間	電話
子育てサロン中央 (宮っこ子育てコンシェル設置)※	駅前通り1丁目4-6トナリエ宇都宮9階 (宇都宮市保健センター内)	月・火・木・金・土 午前9時30分～正午／ 午後1時～午後3時30分	627-0204
子育てサロン石井 (宮っこ子育てコンシェル設置)※	石井町2989(石井保育園内)	月～金 午前9時30分～正午／ 午後1時～午後3時30分 土 午前9時30分～正午	660-0600
子育てサロン竹林 (宮っこ子育てコンシェル設置)※	竹林町226(竹林保育園内)		621-4788
子育てサロン西部 (宮っこ子育てコンシェル設置)※	鶴田町970-1 (子ども発達センター・西部保育園内)		647-4740
子育てサロン北雀宮 (宮っこ子育てコンシェル設置)※	若松原2丁目18-30(北雀宮保育園内)		653-5164
子育てサロンゆずのこ (宮っこ子育てコンシェル設置)※	松田新田町483(ゆずのこ保育園内)		674-2010
子育てサロンなかよし (宮っこ子育てコンシェル設置)※	白沢町396-2(なかよし保育園内)		673-2511
子育てサロンみずほの	上桑島町1311-25(瑞穂野保育園傍)	月～金 午前9時～午後3時	678-2526
子育てサロン宝木	若草2丁目3-31(宝木保育園内)	月・水・金 午前9時～正午／午後1時～午後3時 火または木 午前10時～正午	622-6460
子育てサロンとまつり	戸祭1丁目4-12 (ナーサリースクールとまつり内)	月～金 午前9時～正午／午後1時～午後3時	612-7868
子育てサロンやよい	弥生1丁目6-3(弥生保育園内)	火・水・木 午前9時～正午／ 午後1時～午後3時	634-5653
子育てサロン とよさとなかよし広場	関堀町53-5 (バンビー二とよさと隣り)	月～金 午前9時30分～午前11時30分／ 正午～午後3時	624-3370

【費用】無料

※宮っこ子育てコンシェルとは

様々な情報を集約し、関係機関との連携・調整を行いながら子育て世帯のニーズにあった幅広い情報提供・相談に応じます。

問合せ先 各子育てサロン
保育課 企画グループ TEL 632-2384

なかよしクラブ

地域での交流の場を提供するとともに、ことばの遅れや落ち着きがないなど発達に心配があるお子さまについて、保育園児との交流などを通して、保護者の育児に関する悩みの相談や子育ての支援を行います。

施設名	所在地	電話
石井なかよしクラブ(石井保育園内)	石井町2989	661-6101
竹林なかよしクラブ(竹林保育園内)	竹林町226	621-0041
北雀宮なかよしクラブ(北雀宮保育園内)	若松原2丁目18-30	653-5982

【申し込み】各なかよしクラブ

問合せ先 各なかよしクラブ
保育課 企画グループ TEL 632-2384

子育てサークル

内容	問合せ
子育てサークルは、子育て中の方同士がさまざまな活動を通して気軽に交流し、打ち解けた雰囲気の中で子育てを楽しみ、お互いに支え合う自主的な活動です。	子育てサロン中央 TEL 627-0204 午前9時～午後4時(水曜・祝日休館)

子どもの遊びの場

児童に健全な遊びを提供し、その健康を増進し、情操を豊かにするための施設を掲載しています。各施設では、児童や親子を対象とした各種教室・行事なども開催しています。※各種教室・行事等の申込み、問合せ等は、直接施設へお願いします。

施設名	所在地	電話	開館時間	休館日
岡本児童館	下岡本町1954-10 【岡本コミュニティプラザ1階】	673-2006	午前9時30分～ 午後5時30分	月曜日、第1・3・5土曜日、 第3日曜日、祝日、 年末年始
白沢児童館	白沢町385 【河内総合福祉センター2階】	671-0404		
田原児童館	上田原町1 【田原コミュニティプラザ1階】	672-4001		
児童遊園「あそびの家」	今泉町3007	663-3245	午前10時30分～ 午後5時	日曜日、祝日、年末年始
子どもたちのあそび広場 (ゆうあいひろば内)	馬場通り4丁目1-1市民プラザ6階 【うつのみや表参道スクエア6階】	616-1570	午前9時～午後6時 曜日等により、利用 時間が異なるためHP で確認してください。	年末年始
おひさまひろば (南図書館内)	雀宮町56-1 【南図書館内】	653-7609	午前10時～午後5時	月曜日(祝日の場合は翌日) 年末年始

学び・ふれあいの場

親子教室・親学講座

乳幼児から高校生までの子どもをもつ保護者やその親子を対象に、子どもとの関わり方や心身の発達など、子育ての知識を学んだり、子どもと一緒にリトミックや歌遊びなどのふれあい活動や工作や料理をしたりする教室を、生涯学習センターや地域コミュニティセンターなどで開催しています。子ども同士、親同士の交流を深める場として、子育て知識を学ぶ場としてご参加ください。主な講座は次のとおりです。このほかにも実施している講座がありますので、内容や開催時期など詳細については、各生涯学習センターへお問い合わせください。

生涯学習センター、図書館に関するHPのアドレス

<https://www.city.utsunomiya.lg.jp/kurashi/shogaigakushu/index.html>

対象者	主な講座とその内容	問合せ
乳幼児親子	●子育て広場など リトミックや人形劇、季節行事などを親子で楽しめます。概ね月1回開催。 <対象>0～6歳児とその保護者 ●おはなし会 図書館の「おはなしコーナー」でわらべうたや絵本の読み聞かせをしたり、絵本の選び方や読み聞かせのアドバイスをしたりしています。 ○中央図書館、東図書館、南図書館(第2・4火曜日) 午前11時～11時20分(1、2歳児と保護者) 午前11時30分～11時50分(0歳児と保護者) ○上河内図書館(第3金曜日) 午前10時～10時30分(0～2歳児と保護者) ○河内図書館(第4火曜日) 午前11時～11時30分(0～2歳児と保護者) ○中央生涯学習センター図書室(月1回土曜日) 午前11時～11時30分	各生涯学習センターへ お問い合わせください。
	●子育て講座など 幼児期の子育てについて学んだり、親子や親同士のコミュニケーションを図ることにより、楽しく子育てができるよう学びます。 ●親子ワクワク体験教室など 親子一緒に工作やスポーツ、野外活動などに挑戦します。 時には保護者だけで子育ての学習をします。	中央図書館 TEL 636-0231 東図書館 TEL 638-5614 南図書館 TEL 653-7609 上河内図書館 TEL 674-1123 河内図書館 TEL 673-6782 中央生涯学習センター TEL 632-6331 ※日程は変更になることがあります。 各施設へお問い合わせください。
就学前の子どもを持つ保護者 小学生とその保護者	●親子ワクワク体験教室など 親子一緒に工作やスポーツ、野外活動などに挑戦します。 時には保護者だけで子育ての学習をします。	各生涯学習センターへ お問い合わせください。 マナビス※でも紹介しています ので、アクセスしてください。
保護者等	●親学出前講座 子どもをより良く育てるために、保護者として学びたいことや知りたいことを、講話やワークショップ、実技などを通して学びます。 幼稚園や保育園の保護者会、PTA、子育てサークルなどで、ご活用ください。 個別のご相談にも対応しています。	生涯学習課 家庭教育・地域人材グループ TEL 632-2648

※[宇都宮市生涯学習情報提供システム(マナビス)URL] <https://manavis-utsunomiya.jp>

食育教室

幼児から小学生までの子どもとその保護者を対象に、栄養を中心とした講話や実習を通して、食の関心を深めるための教室を開催しています。日程、詳細については「広報うつのみや」等でお知らせします。

【所在地】宇都宮市保健センター 駅前通り1丁目4-6 トナリエ宇都宮9階

【問合せ先】市保健センター TEL 627-6666

宇都宮市環境学習センター

宇都宮市環境学習センターでは、子どもから大人まで多くの方々を対象に、地球温暖化や3Rといった環境に関する様々な講座・見学・イベントなどを開催しています。

「見る・知る・行動する」をコンセプトに、環境への負荷の少ない循環型社会を実現するため、地域から地球規模までの環境問題について、正しい理解を深め、実践するための環境学習拠点です。

未就学児とその保護者を対象に以下のような講座等を開催しています。

●こどもエコクラブ(3歳～高校生)

自然観察や動植物とのふれあい、伝統・食育・工作・再生能源など、さまざまな環境体験活動を親子で楽しめます。

※年度毎の登録が必要になります。

●環境学習センター1階体験コーナー・ゲームコーナー(通年)

缶釣りゲーム、ごみの重さ体験、エコな買い物をしようゲームなど、ゲームや体験を通じて、学べるコーナーをご用意しています。

*クリーンパーク茂原の施設見学…クリーンパーク茂原の焼却ごみ処理施設とリサイクルプラザの見学(1時間程度)

*再生品提供事業…粗大ごみで出された自転車や家具を専門スタッフが修理して提供(有料)

も実施しております。申込については、環境学習センターまでお問い合わせください。

【開館時間】午前9時～午後5時

【休館日】毎週月曜日・年末年始(12月29日～1月3日) ※施設点検により臨時休館あり

【所在地】茂原町777-1

【問合せ先】環境学習センター TEL 655-6030 FAX 655-1577

<https://www.utsunomiya-miraikan.com/>



マチイロ

マチを好きになるアプリ

自治体がもっと身近になる機能が盛りだくさん！

ダウンロードはこちらから

*アプリの使用は無料ですが、
通信費は各回線ごとのご負担となります。



1

役立つ行政情報を見逃さない！

2

自分に合わせた情報が届く！

3

いろいろなマチの魅力を届け！

マチイロに関するお問い合わせは
株式会社ジチタイワークス ☎092-716-1480(代表)
〒810-0022 福岡県福岡市中央区薬院1-14-5 MG薬院ビル7F
※株式会社ホープのジチタイワークス事業は、2021/12/1付で「株式会社ジチタイワークス」に会社化しております。

図書館・図書室・図書館ランチ

図書館では、「子育てコーナー」や「赤ちゃんえほんコーナー」などを設けて、保護者の方に役立つ情報の提供や、子どもの成長にあわせ様々な絵本や児童書を貸出していますのでお気軽にご利用ください。また、各生涯学習センター（東・上河内・河内生涯学習センターを除く）にも図書室があり、ミニ図書館として機能していますのでご利用ください。図書館ランチ（パンパ出張所内）は、予約した本・CDなどの受け取りや返却ができます。図書館や生涯学習センターは土・日曜日、祝日も開館しています。

施設名	所在地	電話
中央図書館	明保野町7-57	636-0231
東図書館	中今泉3丁目5-1	638-5614
南図書館	雀宮町56-1	653-7609
上河内図書館	中里町182-1	674-1123
河内図書館	中岡本町3397	673-6782
中央生涯学習センター	中央1丁目1-13	632-6331
西生涯学習センター	西一の沢町17-32	648-7480
南生涯学習センター	江曾島2丁目4-23	645-0006
北生涯学習センター	若草3丁目12-25	621-7745
平石生涯学習センター	下平出町158-1	660-1964
清原生涯学習センター	清原工業団地15-4	667-5696
横川生涯学習センター	屋板町576-1	656-6452
瑞穂野生涯学習センター	下桑島町1030-1	656-4250
城山生涯学習センター	大谷町1059-5	652-4794
国本生涯学習センター	宝木本町1868-1	665-2942
富屋生涯学習センター	徳次郎町80-2	665-1663
豊郷生涯学習センター	岩曾町825-1	660-2340
篠井生涯学習センター	下小池町466-1	669-2515
姿川生涯学習センター	西川田町805-1	658-1594
雀宮生涯学習センター	新富町9-4	654-1013
田原コミュニティプラザ	上田原町1	672-4000
パンパ出張所（図書なし）	馬場通り4丁目1-1うつのみや表参道スクエア5階	616-1542

また、ご自身のパソコンやスマートフォン等で、来館せずに図書館HPから利用できる電子図書館を開設しています。忙しい子育てのすき間時間などに活用してみたいかがでしょうか。（別途通信料がかかります。）なお、ご利用には事前に申込みが必要です。詳しくは図書館HPをご覧ください。

▼図書館HP内電子図書館のご案内ページのアドレス

https://www.lib-utsunomiya.jp/home/guide/page_20230920061038

●あかちゃんタイム

乳幼児連れの保護者の方が気兼ねなくゆっくりと図書館を利用できるようにするための時間です。小さなお子さんのいる方は、ぜひご利用ください。乳幼児向けのおはなし会については、P.40をご覧ください。

施設名	日にち	あかちゃんタイム
中央図書館 東図書館 南図書館	第2・4火曜日 5月5日	午前10時30分～午後0時30分 午後5時～午後7時
上河内図書館	第3金曜日 第4土曜日 5月5日	
河内図書館	第2・4火曜日 5月5日	

プール

家族でも子ども同士でも安心して遊べる子ども用プールや、幼児用プールがありますので、ご利用ください。

※市内に居住または通学する高校生以下は無料

※ドリームプールかわちは2時間まで

名称	所在地	電話	開設期間
宇都宮駅東公園プール	元今泉5丁目3-19	661-5310	7月1日～8月31日
ドリームプールかわち ※屋内温水プール	白沢町1791-3	673-0212	通年
下田原運動場幼児用プール	下田原町3434	672-1051	6月20日～8月31日

宇都宮市スケートセンター

冬季はスケート場としてまた、夏季は体育館や多目的フロアとしてご利用できます。

【施設概要】冬季スケート場 30m×60m 夏季屋内運動場 1,800㎡

【開設期間】冬季スケート場 10/1～5/15 夏季屋内運動場 6/1～8/31

【休場日】水曜日(祝日のときはその翌日) ※ただし、12月～3月は無休(12/30～1/1を除く)

☆冬季は市内在住または通学の高校生以下に限り、滑走料無料(貸靴は有料)

【所在地】城南3丁目15-32

【問合せ先】スケートセンター TEL 655-6817

※改修工事のため令和6年6月1日～令和7年11月末(予定)まで休館

文化施設

宇都宮美術館

【電 話】 643-0100
【住 所】 長岡町1077



栃木県立美術館

【電 話】 621-3566
【住 所】 桜4丁目2-7



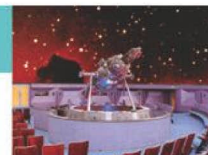
栃木県立博物館

【電 話】 634-1311
【住 所】 睦町2-2



栃木県子ども総合科学館

【電 話】 659-5555
【住 所】 西川田町567



旧篠原家住宅

【電 話】 624-2200
【住 所】 今泉1丁目4-33



飛山城史跡公園 とびやま歴史体験館

【電 話】 667-9400
【住 所】 竹下町380-1



上河内民俗資料館

【電 話】 674-3480
【住 所】 中里町181-3
上河内地区市民センター3階



宇都宮城址公園・清明館

【電 話】 638-9390
【住 所】 本丸町1-15
城址公園内(清明館)



うつのみや遺跡の広場

【電 話】 659-0193
【住 所】 上欠町151-1



うつのみや妖精ミュージアム

【電 話】 616-1573
【住 所】 馬場通り4丁目1-1



公園

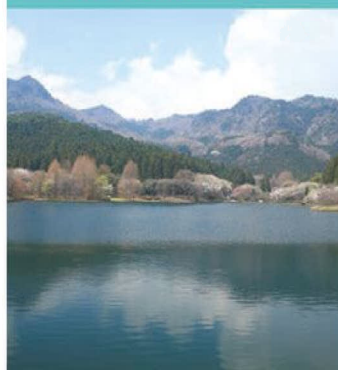
子どもたちが安心して遊べる、市内の主な公園・レジャー施設などがのっています。
宿泊できる施設もありますので、ご利用ください。

八幡山公園



【電 話】
624-0642
【住 所】
塙田5丁目1-1

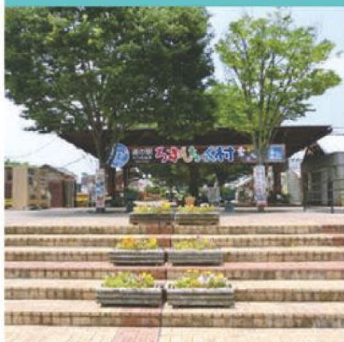
宇都宮市森林公園



サイクリング ターミナル

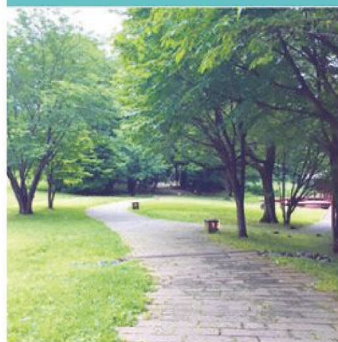
再整備に伴い、
令和6年4月から休館

道の駅うつのみや ろまんちっく村



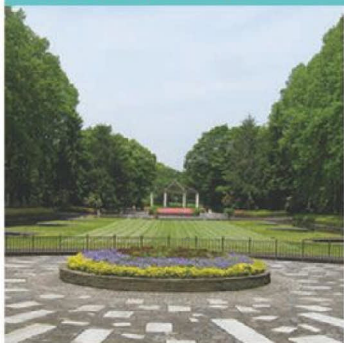
【電 話】
665-8800
【住 所】
新里町丙254

うつのみや文化の森



【電 話】
643-0100
【住 所】
長岡町1077
(宇都宮美術館)

栃木県中央公園



【電 話】
636-1491
【住 所】
睦町2-50

みずほの自然の森公園



【電 話】
657-5222
【住 所】
西刑部町1861

レジャー施設

上河内地域交流館 ほたるの里 梵天の湯



【電 話】
674-8963
【住 所】
今里町18-4

とちのきファミリーランド



【電 話】
659-1332
【住 所】
西川田4丁目1-1
(栃木県総合運動公園内)

親子でお出かけ