



子ども

催し

6月は  
歯と口の健康週間

親子で歯みがきピカピカ大作戦

▽日時 6月4日(土)午前10時30分～11時30分。  
▽内容 歯科衛生士による歯磨きの実演指導と虫歯菌の検査(子ども対象)。  
▽対象 1・2歳児とその保護者。  
▽定員 先着45組。  
■歯あつふる教室  
▽日時 6月2日(木)午前10時30分～11時30分。  
▽内容 歯科衛生士による乳歯ケアに関する講話と虫歯菌の検査(保護者対象)。  
▽対象 乳児とその保護者。  
▽定員 先着50組。  
■会場 市保健センター(ララスクエア宇都宮9階)。

各種ジュニアスポーツ教室

▽教室名・日時・対象など 下の表の通り。  
▽申込 5月10日(消印有効)までに、宇都宮スポーツナビ <http://www.utsunomiya-sponavi.or.jp> の申し込みフォームに必要事項を入力するか、往復はがきの往信に教室名・住所・子どもの氏名・ふりがな・電話番号・年齢・学年(年中または年長)・保護者の氏名・希望するコース・回(①⑥第2希望②第3希望まで)を、返信に郵便番号・住所・氏名を書き、〒321-0954 元今泉5丁目6-18、市スポーツ振興財団 ☎(663)1611 へ。はがき1枚に付き1人。ただし家族は連名可。

教室名	日時・会場	対象・定員・費用など
①キッズスポーツ教室(6・7月分)	6月6・13日、7月4日。全3回 Aコース=午後3時～3時50分 Bコース=午後4時～4時50分 プレックスアリーナ宇都宮(市体育館・元今泉5丁目)	年中・年長各抽選45人 1,200円
②親子deスポーツ教室(6・7月分)	6月6・13・20・27日、7月4・11・25日。全7回 Aコース=午前10時～10時50分 Bコース=午前11時～11時50分 6月3・10・17・24日、7月1・8・15日。全7回 Cコース=午前10時～10時50分 Dコース=午前11時～11時50分 プレックスアリーナ宇都宮(市体育館)	2歳以上の未就学児とその親各抽選30組 2,800円
③第1回ジュニアヒップダンサーズ教室	6月21・28日、7月5・12・19日。午後5時～5時50分。全5回 プレックスアリーナ宇都宮(市体育館)	小学生抽選40人 2,000円
④第1回ジュニアダンス教室	6月21・28日、7月5・12・19日。午後6時～6時50分。全5回 プレックスアリーナ宇都宮(市体育館)	小学生抽選40人 2,000円
⑤第1回体育支援教室	6月15～17日、午後5時30分～6時30分。全3回 清原体育館(清原工業団地)	小学1～3年生抽選40人 1,200円
⑥第1・2回鉄棒教室	第1回=6月20・22・24日、第2回=6月27・29日、7月1日。午後5時30分～6時30分。全3回 プレックスアリーナ宇都宮(市体育館)	小学生各抽選50人 1,200円

本文中に記載がないものは、原則として、対象どなたでも、費用無料、申込不要。  
 [HP] ホームページ、[E] メールアドレス、[活] 市民活動センター  
 [区] 地区市民センター、[出] 出張所、[選] 生涯学習センター、[参] うつのみや表参道スクエア、[コ] 地域コミュニケーションセンター、[域] 地域自治センター

■申込 5月9日午前9時30分から、直接または電話で、市保健センター ☎(627)6666 へ。

パパと子どもはパパとお手軽ごはんづくり

ママは収納&フリージング

▽日時 5月21日(土)午前10時～正午。  
▽会場 男女共同参画推進センター(明保野町)。  
▽内容 父親と子どもは金原恵美さん(キッズ料理研究家)によるフリージング(冷凍食材)を使った手軽で簡単なごはんづくり。母親は小堀愛生さん(整理収

納アドバイザー)による、収納・フリージングのポイントの講話・実習。  
その後、家族全員でランチタイム。  
▽対象 市内に在住か通勤通学する小学生とその両親。1歳未満就学児の託児あり。  
▽定員 抽選9組。  
▽費用 1000円(材料費・3人分)。  
▽申込 5月13日までに、ファクスまたはEメール(参加者全員の氏名・ふりがな・電話番号・メールアドレス・子どもの年齢を、託児希望者は子どもの氏名・ふりがな・性別・年齢・住所

わんぱく相撲 うつのみや場所

▽日時 6月18日(日)午前9時～午後5時。  
▽会場 県総合運動公園(西川田町)。  
▽内容 ①学年別の男女混合トーナメント戦②1チーム3人編成による団体戦。  
▽対象 小学生。  
▽定員 ①先着250人②先着16組。

0・1・2歳 おはなし会スペシャル

■期日・会場  
▽中央図書館(明保野町) 会場 7月12日、10月25日。  
▽東図書館(中今泉3丁目) 会場 5月27日、12月2日。  
▽南図書館(雀宮町) 会場 6月24日、11月19日。  
▽上河内図書館(中里町) 会場 10月1日。

◎幼児向け補助輪取り教室 ▽日時 5月21日(土)午前10時～正午。午前9時50分から受け付け▽会場 市サイクリングターミナル(福岡町) ▽内容 子どもの補助輪取りの手伝い▽対象 5歳以上の子どもとその保護者▽定員 抽選10人▽費用 500円(保険料・飲物代)▽申込 5月8日(消印有効)までに、往復はがきの往信に住所・子どもの氏名・ふりがな・電話番号・年齢・性別を、返信に郵便番号・住所・氏名を書き、〒321-0342 福岡町1074-1、市サイクリングターミナル ☎(652)4497 へ。

▽河内図書館（中岡本町）  
会場 6月14日。

■内容 各年齢に合わせた絵本の読み聞かせや童歌の紹介。

■定員 各先着15組。

■その他 申し込み方法など、詳しくは、中央図書館（636）0231へ。

### パパ・ママキッズサッカー 栃木SCのコーチと親子で 楽しくサッカーをしよう

▽日時 6月11日（土）午前10時～11時30分。

▽会場 市サッカー場（中久保2丁目）。

▽内容 栃木SCのコーチによるレッスンとミニゲーム。

▽対象 年中・年長の子どもとその親。

▽定員 抽選50組（2人1組）。

▽費用 500円（参加費）。

▽申込 宇都宮スポーツナビ <http://www.utsunomiya-sponavi.or.jp>の申し込みフォームに必要事項を入力するか、往復はがきの往信に、イベント名・住所・親子の氏名・ふりがな・電話番号・年齢（年中・年長）を、返信に、郵便番号・住所・氏名を書き、5月10日（消印有効）までに、〒321-0954元今泉5丁目6-18、市スポーツ振興財団（663）1611へ。

## 6月のママパパ学級

▽期日・内容など 下の表の通り。  
▽時間 午前9時30分～正午。午前9時15分  
から受け付け。  
▽申込 6月6・12・25日分は5月6日から、  
6月18・26日分は5月7日から、電話で、各  
申込先へ。  
▽その他 市保健センターには無料駐車場はあり  
ません。

コース	内容・対象	期日	会場・申込先	定員
妊娠・出産コース	「妊娠中の心と体の変化」「妊娠中の食生活」「妊婦の疑似体験」他 妊娠6～9カ月の妊婦とその夫	6日（月）	市保健センター 申込先は、保相健康と福祉の相談 ☎(632)2941	先着30組
		25日（土）		
子育てコース	「産後の心と体の変化」「赤ちゃんのお風呂」「おっぱいのお手入れ」他 妊娠7～9カ月の妊婦とその夫	12日（日）	河内保健センター ☎(673)6337	先着15組
		18日（土）	市保健センター ☎(627)6666	先着30組
		26日（日）		

## 教室・講座

### 6月の離乳食教室 参加者募集

▽日時 ①6月2日②6月10日③6月24日、午前10時～11時45分。午前9時45分  
から受け付け。

▽会場 ①③市保健センター②姿川区（西川田町）。

▽内容 栄養士と保健師による講話と離乳食の試食、保育士による親子の触れ合い遊び。

▽対象 これから離乳食を始めるおむね4～6カ月児とその保護者。初めて受講する人を優先。

▽定員 各先着20組。

▽申込 5月6日から、電話で、①③保健と福祉の相談 ☎(632)2941②姿川区 ☎(645)4535へ。

▽期日 5月21日（土）午前10時～正午。雨天中止。

▽会場 逆面地区。

▽内容 フクロウと共生する逆面地区の「逆面エコ・

### 逆面エコ・アグリノ里で 農業体験 田植えの巻

アグリノ里」で田植え体験。▽対象 子どもとその親。▽定員 先着10組。▽申込 5月6日午前9時30分から、直接または電話で、東図書館 ☎(638)5614へ。

アグリノ里」で田植え体験。▽対象 子どもとその親。▽定員 先着10組。▽申込 5月6日午前9時30分から、直接または電話で、東図書館 ☎(638)5614へ。

### 子どもの家に 遊びに来てみませんか

小学校内など53カ所の「子どもの家」で、乳幼児とその保護者に遊びと交流の場を提供しています。

子育てをしている人たちの触れ合いの場となっています。

▽日時 学校長期休業中を除く平日、午前10時～正午。

▽その他 子どもの家を設置している小学校など、詳しくは、市HPをご覧ください。

▽期日 8月9日（火）。

▽会場 市議会会議場。

▽内容 市政や議会の仕組みを学び、まちづくりについて意見を述べる。事前研修あり。

▽対象 市内に在住か通学している中学生・高校生など。

▽その他 定員・応募方法など、詳しくは、子ども未来課 ☎(632)2344へ。

## お知らせ

### 親子のよい歯と 三歳児よい歯のコンクール

▽内容 歯・歯茎・歯並び・かみ合わせなどを審査。

▽対象 平成27年度に市の3歳児健診を受けた、歯や口腔が健康な子どもとその親。

▽申込 子ども家庭課（市役所2階）、保健と福祉の相談（市役所1階）、健康増進課（竹林町・保健所内）、各保健センター・歯・歯に置いてある申込書（市HPからも取り出し可）に必要事項を書き、5月20日（必着）までに、直接または送付で、〒320-8540市役所子ども家庭課 ☎(632)2388へ。なお、親と子のよい歯のコンクールまたは三歳児よい歯のコンクールいずれかの応募となります。

### 宇都宮ジュニア未来議会 ジュニア議員を募集

▽期日 8月9日（火）。

▽会場 市議会会議場。

▽内容 市政や議会の仕組みを学び、まちづくりについて意見を述べる。事前研修あり。

◎ベビーマッサージ ▽日時 5月26日（木）午前10時～11時30分▽会場 青少年活動センター（今泉町）▽内容 赤ちゃんと触れ合い、生命の尊さを実感する▽対象 市内在住の平成27年11月25日～平成28年3月25日生まれの子どもとその母親▽定員 先着15組▽費用 1,300円（備品代）▽申込 5月6日午後2時から、電話で、青少年活動センター ☎(663)3155へ。



# お知らせ

## 二種混合（ジフテリア・破傷風）予防接種を受けましょう

ジフテリアはジフテリア菌の飛沫感染で起こります。現在の日本では、乳幼児期に受けた三種混合予防接種の効果によって、発病者はほとんど見られませんが、接種率が低下するとジフテリアが流行する危険性があります。

- 破傷風は土の中の破傷菌が体内に入ることによって感染します。本人が気づかない程度の軽い擦り傷や刺し傷が原因で、感染することもあります。
  - ▽方法・回数 医療機関で1回接種。
  - ▽対象 市内に住民登録のある11・12歳（13歳の誕生日の前日まで）。
  - ▽費用 無料。対象年齢を過ぎた場合は有料。
  - ▽持ち物 母子健康手帳・市から郵送された通知一式（封書）。
- 4 **問** 保健予防課 ☎(626) 1111

## 麻疹風しん混合予防接種の第2期

麻疹（はしか）にかかると重い脳炎を発症する場合があります。1000人に1人程度の割合で死亡することがあります。また、妊娠早期に風しんにかかると、先天性風しん症候群と呼ばれる病気により、心臓病・白内障・聴力障害などの障がいを持った子どもが生まれる可能性があります。

- 麻しん風しんの罹患を予防するために、小学校入学前に、麻しん風しん混合予防接種（第2期）を受けることになっていきます。忘れずに接種してください。
  - ▽接種期間 平成29年3月31日まで。
  - ▽方法・回数 医療機関で1回接種。
  - ▽対象 平成22年4月2日～平成23年4月1日に生まれた人。
  - ▽費用 無料。ただし、接種期間を過ぎると有料。
  - ▽持ち物 母子健康手帳・予防接種受診者証。
- 4 **問** 保健予防課 ☎(626) 1111

## 3人以上子どもがいる家庭の一時預かり・ファミリーサポートセンターの利用料を補助します

- 期間 事業を利用した日の翌月1日から1年以内。
- 対象 市内在住で、18歳未満（18歳到達後最初の年度末まで）の子どもを3人以上養育する人。
- 補助額 18歳未満の子どものうち、年長の子から数えて3番目以降の子どもが、一時預かり事業（※1）・ファミリーサポートセンター事業を利用した費用全額（※2）。
- 申込 子ども未来課（市役所2階）、保育課（市役所2階）などに置いてある申請書（市HPからも取り出し可）に領収書を添えて、直接、子ども未来課・保育課へ。
- ※1 対象施設（平成28年4月1日現在）  
ゆずのこ保育園、なかよし保育園、星花幼稚園、東石井保育園、ありんこ保育園、宇都宮大学まなびの森保育園、まなびの森あずま保育園、ゆりかごきずりさりーさる、あゆみ北保育園、グリーンナーサリー、不動前保育園、あさひの保育園、上横田よつば保育園、ひのおか保育園、西が岡保育園、ようとう保育園、認定しらゆりこども園、さかえ認定こども園、さくら幼稚園（認定こども園）、認定すずめこども園、認定のみやま保育園、認定さくらが丘認定こども園、みふみ認定こども園、ゆうあいひろば。
- ※2 ファミリーサポートセンター事業をキャンセルした際に生じた報酬や交通費などの実費は対象外。
- 問 ファミリーサポートセンター事業、ゆうあいひろば一時預かり保育事業＝子ども未来課 ☎(632)2342、ゆうあいひろば以外一時預かり事業＝保育課 ☎(632)2392

## 姉妹都市 オークランド市への派遣高校生を募集

- ▽派遣期間 7月27日～8月4日の9日間。
- ▽派遣先 ニュージーランドオークランド市。
- ▽内容 ホームステイや学校生活を体験。
- ▽対象 市内に在住か通学している高校生。
- ▽定員 10人。
- ▽選考 作文・書類・面接。
- ▽費用 約30～38万円（渡航費用、交通費など）。渡航手続き費用、海外旅行保険などは含みません。参加人数により、金額の変更があります。

## フッ化物塗布を実施します

- ▽日時 5月8・22日。6月12・19日。午前9時～11時30分と午後1時30分～3時30分。
- ▽会場 保健所（竹林町）。
- ▽対象 市内在住の満2歳

- ▽費用 500円。
  - ▽申込 当日、受診票と費用をお持ちの上、直接、会場へ。なお、受診票は幼稚園・保育園児、小学1・2年生には、園や学校を通じて配布しました。また、子ども家庭課（市役所2階）、保健と福祉の相談（市役所1階）、各保健センター・保健センターにも置いてあります（市HPからも取り出し可）。
  - ▽その他 熱やせきなど、体調不良の場合は、塗布を控えてください。
- 8 **問** 子ども家庭課 ☎(632) 2388

本文中に記載がないものは、原則として、対象どなたでも、費用無料、申込不要。  
☎ 市役所市民センター、☎ 地区市民センター、☎ 出張所、☎ 生涯学習センター、☎ うつのみやま表参道スクエア、☎ ホームページ、☎ Eメールアドレス、☎ 地域自治センター、☎ 地域コミュニティセンター、☎ 市民活動センター

◎ファミリーサポートセンター協力会員講習会 ▽日時 5月24～26日、午前9時10分～午後4時。  
全3回▽会場 東園（中今泉3丁目）▽内容 子どもを預かる協力会員になるための知識・技術を身に付ける講習会▽対象 市内在住の子育てに熱意のある人▽定員 先着50人▽申込 5月17日までに、電話で、ファミリーサポートセンター ☎(616)1571へ。

## 6月の乳幼児健康診査

各健康診査とも、対象の子どもにお知らせを送付します。対象月の月末になってもお知らせが届かない場合は、ご連絡ください。

### ■ 4カ月児・10カ月児の乳児健康診査

▽受診方法 生後2カ月、9カ月時に送付するお知らせをご覧くださいの上、指定の医療機関で受診してください。

### ■ 2歳5カ月児の歯科健康診査

受付時間：午後1時～2時30分

期 日	会 場	対 象
2日(木)	市保健センター(ラスクエア宇都宮9階)。無料駐車場はありません	平成26年1月生まれ
3日(金)		
16日(木)		
17日(金)		
23日(木)		

▽受診方法 2歳3カ月になる月の上旬に送付するお知らせをご覧くださいの上、当日会場へ。

### ■ 1歳6カ月児・3歳児の幼児健康診査

受付時間：午後1時～2時30分

健康診査名	1歳6カ月児	3歳児			
対 象	平成26年11月生まれ	平成25年5月生まれ			
会 場	6月	6月			
			保健所(竹林町)	3日(金)	10日(金)
				16日(木)	23日(木)
			市保健センター	14日(火)	21日(火)
			平石区	1日(水)	24日(金)
			横川区	22日(水)	8日(水)
			城山区	17日(金)	1日(水)
			姿川区	24日(金)	7日(火)
			南図書館	2日(木)	9日(木)
			河内地域自治センター	9日(木)	15日(水)
上河内保健センター	8日(水)				

▽受診方法 1歳6カ月、3歳0カ月になる月の上旬に送付するお知らせをご覧くださいの上、当日会場へ。

▽持ち物 母子健康手帳。

☎子ども家庭課☎(632)2388

## 子どもの定期予防接種

市内に住民登録があり、右の表の対象年齢の範囲内であれば無料で予防接種を受けることができます。

▽ヒブ・小児用肺炎球菌は、接種開始年齢によって接種回数・間隔が異なります。詳しくは、保健予防課にお問い合わせください。

▽四種混合は、1～3回目の接種間隔は3週間以上8週間未満、4回目は3回目終了後12カ月以上18カ月未満の間隔を空けて接種します。

▽水痘は6カ月以上12カ月未満の間隔を空けて2回接種します。

▽原則、麻しん風しん混合を接種し、麻しんと風しんをそれぞれ単独で接種する必要はありません。

▽日本脳炎の1・2回目の接種間隔は1週間以上4週間未満、3回目は2回目終了後、約1年後に接種します。

▽子宮頸がん予防接種は、接種後に特異な副反応が見られることから、国の勧告に基づき、接種のお勧めを中止しています。接種を希望する人は、この現状を踏まえた上で、医療機関備え付けのリーフレットをよく読んでから判断してください。

☎保健予防課☎(626)1114

予防接種	対象年齢 (標準的接種年齢)	5月から新たに標準的 接種年齢となる子ども	接種 回数
ヒブ	生後2カ月以上5歳未満 (生後2カ月以上7カ月未満)	平成28年3月生まれで 満2カ月になった日から	1～4
小児用 肺炎球菌	生後2カ月以上5歳未満 (生後2カ月以上7カ月未満)	平成28年3月生まれで 満2カ月になった日から	1～4
四種混合	1期 生後3カ月以上7歳6カ月未満 (生後3カ月以上12カ月未満)	平成28年2月生まれで 満3カ月になった日から	4
二種混合	2期 11歳以上13歳未満 (11歳)	平成17年5月生まれで 誕生日から	1
BCG	1歳未満 (生後5カ月以上8カ月未満)	平成27年12月生まれで 満5カ月になった日から	1
水痘	生後12カ月以上36カ月未満 (生後12カ月以上15カ月未満)	平成27年5月生まれで 誕生日から	2
麻しん 風しん混合 または 麻しんと 風しん	1期 生後12カ月以上24カ月未満	平成27年5月生まれで 誕生日から	1
	2期 小学校に入学する前の年度の4月1日から3月31日まで(年長児)。 平成22年4月2日～平成23年4月1日生まれ		1
日本脳炎	1期 生後6カ月以上7歳6カ月未満 (3歳)	平成25年5月生まれで 誕生日から	3
	2期 9歳以上13歳未満 (9歳)	平成19年5月生まれで 誕生日から	1
	特例 平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれで、 全4回の接種が未完了の場合は、20歳未満の間 平成19年4月2日～平成21年10月1日生まれで、 1期3回の接種が未完了の場合は、9歳以上13歳未満の間		残り 回数
子宮頸がん	小学6年生から高校1年生相当までの女子 (中学1年生相当)		3

◎茂原健康交流センターで幼児水泳教室 ▽日時 5月31日、6月7・14・21・28日、7月5日。午後3時30分～4時30分。全6回▽会場 茂原健康交流センター(茂原町)▽内容 幼児のための泳教室▽対象 年中・年長の子ども▽定員 先着15人▽費用 施設使用料(実費)▽申込 5月3日から、直接または電話で、茂原健康交流センター☎(654)2815へ。