

2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 1月5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」「妊婦疑似体験」他 妊娠6～9カ月(20～35週)の妊婦とその夫	28日(日)	市保健センター 申込先は、保健と福祉の相談 ☎(632)2941	先着30組
		20日(土)	姿川区 ☎(645)4535	先着25組
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(24～35週)の妊婦とその夫	7日(日)	市保健センター ☎(627)6666	先着30組
		13日(土)		
		25日(木)		
		14日(日)	河内保健センター ☎(673)6337	先着15組



子ども

催し

1 学校の食育に関するパネル展示
1月25～29日。29日

毎年1月24～30日は
全国学校給食週間

日は午後4時まで。
▽会場 市役所1階市民ホール。
▽内容 「食育啓発ポスターコンクール」と「あなたのためのお弁当コンクール」の入賞作品や、学校での食育の取り組みに関するパネル展示。

2 コンクール大賞作品のアレンジ当販売
▽日時 1月25～29日、午前11時～午後2時。売り切れ次第終了。
▽会場 市役所16階レストランやちや場食堂。

▽内容 あなたのためのお弁当コンクールで「うつのみや食育フェア大賞」を受賞した国本中学校チームのアレンジ弁当の販売。
▽販売価格 600円。
▽学校健康課 ☎(632)2760

豊郷生涯学習センター
図書コーナーリニューアル
オープンおはなし会

▽日時 1月29日(金)午前10時～11時。

▽会場 豊郷(岩曾町)。
▽内容 読み聞かせなど。

▽対象 幼児以上。
問 豊郷 ☎(660)2340

ふるさとあそび塾
蒔玉づくり・どんど焼き

▽日時 1月10日(日)午後3時～6時。

▽会場 上河内民俗資料館(中里町)。

▽内容 蒔玉作りとどんど焼きを体験。

▽対象 市内在住の小学生とその家族。

▽定員 先着20組。

▽費用 1人250円(材料費)。
▽申込 1月5日から、電話で、上河内民俗資料館 ☎

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。
▽会場 ブレックスアリーナ宇都宮(元今泉5丁目・市体育館)。
▽申込 往復はがきの往信に教室名・住所・子どもの氏名・ふりがな・学年・年齢・電話番号・保護者の氏名・希望するコース(①は第3希望まで)を、返信に郵便番号・住所・氏名を書き、1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。はがき1枚につき1人。ただし家族は連名可。

教室名	日 時	対象・定員・費用など
①親子deスポーツ教室(2・3月分) 音楽に合わせて親子で楽しく運動する。子どものリズム感覚を養い、親子のコミュニケーションを深める	2月1・8・15・22・29日、3月7・14日。全7回 Aコース=午前10時～10時50分 Bコース=午前11時10分～正午 2月5・12・19・26日、3月4・11・18・25日。全8回 Cコース=午前10時～10時50分 Dコース=午前11時10分～正午	2歳以上の未就学児とその親各抽選30組 A・Bコース=2,800円 C・Dコース=3,200円
②第2回ジュニアヒップホップダンス教室 リズムレッスンを中心に流行の曲に合わせて楽しくダンス	2月23日、3月1・8・15・22日。午後5時～5時50分。全5回	小学生抽選40人 2,000円
③第4回ジュニアチアダンス ポンを持って、みんな楽しく踊る	2月23日、3月1・8・15・22日。午後6時～6時50分。全5回	小学生抽選40人 2,000円

お知らせ

予防接種で健康被害を受けた人へ医療費などが支給される場合があります

▽内容 医療費・医療手当の支給。
▽対象 次の全てに該当する人。①平成23年1月11日～平成25年3月31日に、本市の助成制度でヒブ・小児

用肺炎球菌・子宮頸がん予防接種のいずれかを接種した②接種後に何らかの症状が生じ、医療機関を受診した③症状に接種との関連性が認められる。
▽その他 請求方法など、詳しくは、医薬品医療機器総合機構救済制度相談窓口 ☎0120(14)931(フリーダイヤル)へ。
4 問 保健予防課 ☎(626)1111

◎茂原健康交流センターで幼児水泳教室
▽日時 2月16・23日、3月1・8・15・29日。午後3時～4時。全6回
▽会場 茂原健康交流センター(茂原町)
▽対象 年長・年中の幼児
▽定員 先着15人
▽費用 4,000円(受講料)と施設使用料
▽申込 1月9日から、直接、茂原健康交流センター ☎(654)2815へ。

お知らせ

うつつのみやジュニアジャズ オーケストラメンバー募集

- ▽日時 毎週土曜日、午後2時～4時。
- ▽会場 西小学校（西1丁目）。
- ▽内容 約30人のメンバーで練習や演奏。
- ▽対象 小学5年～高校3年生。初心者歓迎。
- ▽費用 月額2500円。
- ▽申込 電話で、うつつのみやジュニアジャズオーケストラ事務局 ☎(090)88564512へ。
- ▽問い合わせのみのみやジャズのまち委員会（文化課内） ☎(632)2763

教室・講座

2月の離乳食教室 参加者募集

- ▽日時 ①2月3日②2月16日③2月23日、午前10時～11時45分。午前9時45分から受け付け。
- ▽会場 ①姿川區（西川田町）②上河内保健センター（上田町）③市保健センタ

1（ララスクエア宇都宮9階）。

▽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 1月5日から、電話で、①姿川區 ☎(645)4535②上河内保健センター ☎(674)8787③保健と福祉の相談 ☎(632)2941へ。

笑顔で子育てできる 親子のこころ講座

- ▽日時 2月16・23日（火）、午前10時～11時30分。全2回。
- ▽会場 平石區（下平出町）。
- ▽内容 助産師によるベビーマッサージと講話、保育士によるおもちゃ作りと保健師の講話。
- ▽対象 おおむね4～6カ月児とその保護者。
- ▽定員 先着20組。
- ▽申込 1月5日から、電話で、平石區 ☎(661)2369へ。

子育てサークルに参加してみませんか

子育てサークルは、子育て中の親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。
▽主な対象地区・活動場所など 下の表の通り。
▽実施日・時間 月1～3回程度、午前10時～正午。
▽内容 季節の行事、製作、公園遊び、果物狩り、見

学など。
▽対象 未就園児（歩ける年齢が望ましい）とその親。
▽その他 ミッフィークラブは、小さく生まれた子ども対象、さくらんぼ TWINS 南・北クラブは、双子対象のサークルです。

☎子育てサロン中央 ☎(627)0204

サークル名	活動曜日	主な対象地区	主な活動場所
1 ミッフィークラブ	金	全地区	横川東子どもの家
2 ちゃりんこクラブ	月	陽東地区	陽東☐（※）
3 横川ミッキークラブ	金	横川・平松地区	横川東子どもの家
4 とまとクラブ	水	清原地区	清原中央子どもの家
5 どんぐりクラブ	木	今泉地区	東☐
6 ぴよぴよクラブ	火	今泉・元今泉地区	東☐
7 モグモグクラブ	火	築瀬地区	築瀬子どもの家
8 こっこクラブ	水	姿川地区	姿川☐
9 リトルプークラブ	木	陽南地区	陽南子どもの家
10 あおぞらクラブ	金	陽南地区	陽南子どもの家
11 つくしんぼクラブ	金	雀宮地区	雀宮☐南館
12 さくらんぼ TWINS 南クラブ	火	南部方面	姿川第一子どもの家
13 リトルキッズクラブ	木	横川・平松地区	横川東子どもの家
14 ハローキッズクラブ	木	御幸ヶ原・河内地区	海道子どもの家
15 うさぎっこクラブ	火	篠井・上河内地区	上河内中央子どもの家
16 さくらんぼ TWINS 北クラブ	木	北部方面	豊郷中央子どもの家

（※）4月から変更の予定。詳しくはお問い合わせください。

サークル名	活動曜日	主な対象地区	主な活動場所
17 ブルーミングクラブ	水	平石地区	平石☐
18 ピーカーブークラブ	金	錦・今泉・堀田・大曾地区	錦小子どもの家
19 ゆめいろクラブ	火	清原地区	清原南小子どもの家
20 くじらクラブ	月	瑞穂野地区	瑞穂台小子どもの家
21 ちゅうりっぷクラブ	木	清原・氷室地区	清原東小子どもの家
22 おひさまクラブ	火	豊郷地区	豊郷中央小子どもの家
23 アイアイクラブ	木	野沢地区	晃宝小子どもの家
24 くまさんキッズクラブ	火	国本地区	国本中央小子どもの家
25 ペンギンクラブ	金	城山地区	城山東小子どもの家
26 アンパンマンクラブ	火	西の宮地区	明保小子どもの家
27 エンゼルクラブ	金	戸祭・昭和・宝木地区	戸祭☐
28 フレンドキッズクラブ	月	西川田地区	陽光子どもの家
29 りんごクラブ	火	陽南地区	南☐
30 ひよこクラブ	木	姿川地区	姿川☐
31 いちごクラブ	金	御幸ヶ原・岩曾地区	御幸ヶ原自治公民館
32 夏の子クラブ	木	今泉・泉が丘・御幸地区	青少年活動センター

◎初めての小学生テニス ▽日時 1月16・23・30日、2月6・13日。午前9時15分～10時15分。全5回▽会場 青少年活動センター（今泉町）▽内容 ラケットの持ち方など基本を学びながら楽しくテニスの練習をする▽対象 市内に在住か通学している小学1～3年生。初心者のみ参加可▽定員 先着10人▽費用 4,100円（参加費）▽申込 1月5日午後2時から、電話で、青少年活動センター ☎(663)3155へ。

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。
☐ 地区市民センター、☒ 出張所、☒ 生涯学習センター、☒ うつつのみや表参道スクエア、☒ ホームページ、☒ Eメールアドレス、☒ 地域自治センター
☒ 地区市民センター、☒ 出張所、☒ 生涯学習センター、☒ うつつのみや表参道スクエア、☒ ホームページ、☒ Eメールアドレス、☒ 地域自治センター
☒ 地区市民センター、☒ 出張所、☒ 生涯学習センター、☒ うつつのみや表参道スクエア、☒ ホームページ、☒ Eメールアドレス、☒ 地域自治センター

2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
4日(木)・5日(金) ・12日(金)・18日(木)・19日(金)	市保健センター。 無料駐車場はありません	平成25年 9月生まれ

▽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7生まれ	平成25年1生まれ	
会 場	保健所(竹林町)	18日(木)	5日(金)
		25日(木)	26日(金)
	市保健センター	2日(火)	16日(火)
	平石区	19日(金)	10日(水)
	横川区	24日(水)	2日(火)
	城山区	23日(火)	17日(水)
	姿川区	10日(水)	19日(金)
	南図書館	9日(火)	23日(火)
	河内保健センター	17日(水)	9日(火)
	上河内保健センター		3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。

▽原則、四種混合を接種し、三種混合と不活化ポリオを接種する必要はありません。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)	1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27年11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27年11月生まれで 満2カ月になった日から	1～4
四種混合または 三種混合と ポリオ	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27年10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1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8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1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1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21年4月2日～平成22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1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1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		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

◎ベビーマッサージ体験会 ▽日時 1月28日(木)午前10時～11時30分 ▽会場 青少年活動センター ▽内容 赤ちゃんに触れ合い、生命の尊さを実感する ▽対象 市内在住の平成27年7月27日～11月27日生まれの子どもとその母親 ▽定員 先着15組 ▽費用 1,300円(用具代) ▽申込 1月14日午後2時から、電話で、青少年活動センター☎(663)3155へ。