

ねんりんピック栃木2014
咲かせよう！長寿の花を 栃木路で



健康で
愉快な
宇都宮

みんなで応援しよう
ねんりんピック栃木2014

家族と、仲間と
出掛けよう

秋のイベント特集

10月4～7日の4日間、「ねんりんピック」の愛称で親しまれる全国健康福祉祭が栃木県で開催されます。本市では5種目の交流大会の他、訪れる皆さんが楽しめるさまざまなイベントを開催しますので、ぜひご来場ください。

スポーツ・文化
健康と福祉の
総合的な祭典

「ねんりんピック」は、60歳以上の人を中心とするスポーツや文化の交流大会の他、健康フェア、美術展・音楽文化祭をはじめとする各種イベントなどを通して、あらゆる世代の人たちが楽しみ、交流を深めることができる総合的な祭典で、全国各地から多くの選手が参加します。

本市では6会場
5種目を開催

県内20市町でスポーツや文化に関する24種目の交流大会が行われ、本市では、「弓道」「太極拳」「サッカー」「インディアアカ」「健康マージャン」の5種

目を開催します。

選手・監督だけでなく訪れる皆さんも楽しめるイベント盛りだくさん

■健康づくり教室 各競技会場に、健康づくりコーナーを設置し、健康チェックや体力チェックなどを受けることができます。

▽健康相談 血圧計・体脂肪計を用いた健康チェック、保健師による測定結果アドバイス。

▽身体活動・運動 らくらく体力チェック、健康運動指導士による運動方法などのアドバイス、ニュースポーツ「輪投げ」体験。

▽栄養・食生活 ヘルシー地産地消メニュー「餃子めし」の試食とレシピ配布、豆つかみ体験、塩分・食事バランスのチェック。

申し込み不要のイベント

スポーツの秋には
ラジオ体操が効果的



▽日時 11月28日まで
の休館日を
除く平日、
午前9時30

分、10分間程度。

▽会場 市保健センター（ララスクエア宇都宮9階）。

▽内容 聴覚機材によるラジオ体操の自主的な実施。

▽対象 市内在住の人。小学3年生以下は保護者同伴。

▽市保健センター ☎(627)6666

茂原健康交流センター
敬老の日特別感謝デー

▽日時 9月15日(月・祝) 午前10時～午後9時。

▽会場 茂原健康交流センター(茂原町)。

▽内容 受け付けでのジャンケン大会で勝った人にマッサージ機1回無料券を、また先着200人に粗品をプレゼント。

▽対象 65歳以上の人。

▽費用 施設使用料(実費)。
▽問 茂原健康交流センター ☎(654)2815

◎市場一般開放うんめ～べ朝市 ▽日時 9月13日(土)午前9時～正午▽会場 中央卸売市場(築瀬町)▽内容 水産物や水産加工品、お菓子・乾物などの関連商品、野菜や果物の販売▽その他 青果棟は開放しません。駐車場が限られますので、相乗りなどご協力ください。◎一般開放実行委員会 ☎(637)6811、中央卸売市場 ☎(637)6041

市内開催5種目

■**弓道** 日本特有の伝統的な武道で、体格・体力・性別・年齢を問わずにできる競技。
 ▼期日 10月5日(日)・6日(月)。
 ▼会場 県体育館(中戸祭1丁目)。
 ▼アトラクション 琴演奏、弓道体験など。



■**太極拳** 身体に負担や力をかけず、ゆっくりとした動きで手足のバランスを保つ気功体操。
 ▼期日 10月5日(日)。
 ▼会場 清原体育館(清原工業団地)。
 ▼アトラクション 鬼怒の船頭唄、カンフーアトラクション、和太鼓演奏など。



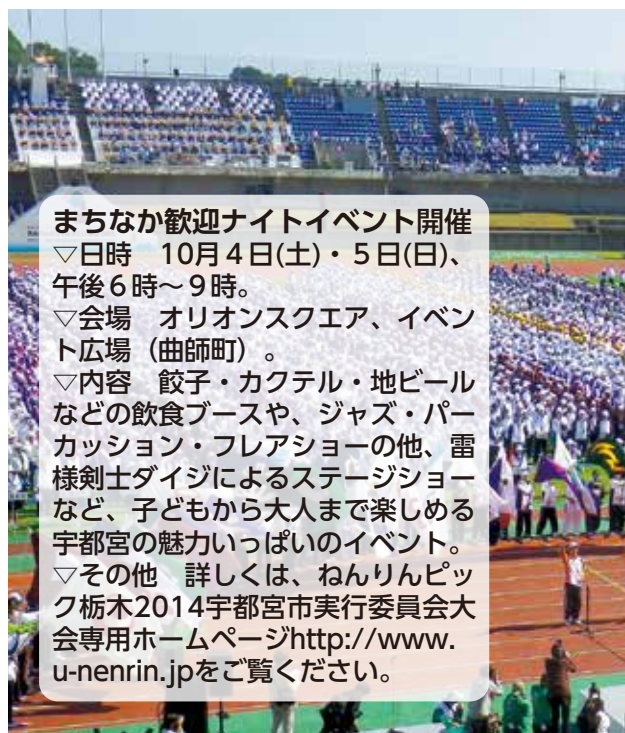
■**サッカー** ルールが簡単で道具もボールだけでできる世界中でプレーされているスポーツ。
 ▼期日 10月5日(日)・6日(月)。
 ▼会場・アトラクション 県総合運動公園(西川田4丁目)＝お囃子、キックターゲットなど。河内総合運動公園(白沢町)＝子どもマーチング、ベロタクシー乗車体験など。



■**インディアカ** 羽根の付いたボールを手で打ち合うバレーボールタイプのスポーツ。
 ▼期日 10月5日(日)・6日(月)。
 ▼会場 河内体育館(中岡本町)。
 ▼アトラクション 獅子舞、インディアカ体験コーナーなど。



■**健康マージャン** 3無(お金を賭けない・お酒を飲まない・たばこを吸わない)を基本的な考え方とするマージャン。
 ▼期日 10月5日(日)・6日(月)。
 ▼会場 雀宮体育館(南町)。
 ▼アトラクション プロ雀士との対局、プロジャズバンドによる演奏など。



まちなか歓迎ナイトイベント開催
 ▼日時 10月4日(土)・5日(日)、午後6時～9時。
 ▼会場 オリオンスクエア、イベント広場(曲師町)。
 ▼内容 餃子・カクテル・地ビールなどの飲食ブースや、ジャズ・パークッション・フレアショーの他、雷様剣士ダイジによるステージショーなど、子どもから大人まで楽しめる宇都宮の魅力いっぱいのイベント。
 ▼その他 詳しくは、ねんりんピック栃木2014宇都宮市実行委員会大会専用ホームページ<http://www.u-nenrin.jp>をご覧ください。



■**おもてなしコーナー** 各競技会場には、地域の人々などによる「ふるまい鍋」や「フリードリンク」コーナーの他、飲食・土産品などの物販ブースを設置します。

■**各種アトラクション** 各競技会場で、競技体験の他、音楽演奏や演武の披露など子どもから大人まで、皆さんが楽しめる各種アトラクションを行います。
 ●ねんりんピック栃木2014宇都宮市実行委員会事務局(ねんりんピック推進室内) ☎(632)5112

うつのみや ふれあい文化祭

▼日時 9月13日(土)午前10時～午後3時。

▼会場 東市民活動センター(中今泉3丁目)。

▼内容 絵画などの作品展示、カラオケ・合唱などのステージ発表、手話表現による絵本読み聞かせ、施設で作られた製品販売コーナー、点字などの体験コーナー、「からだの学校」と雷様剣士ダイジによる参加型のうつのみや愉快たいそうステージショーなど。
 ●障がい福祉課 ☎(632)229

国際交流フェスティバル レッツアミーゴ

▼日時 9月21日(日)午前10時～午後3時。雨天決行。
 ▼会場 コンセーレ(駒生1丁目)。

▼内容 世界の音楽・踊り、各国の伝統料理などの紹介。無料の健康相談会と行政相談会の開催。

●県青年会館 ☎(624)148
 ●市国際交流協会 ☎(616)1870

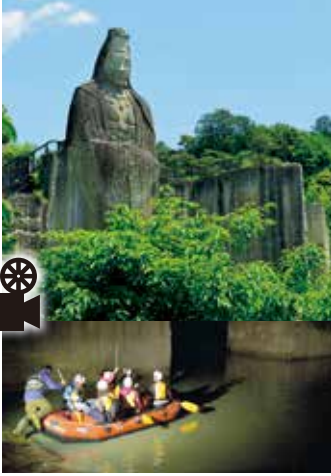
●ねんりんピック開催期間中は、マロニエプラザ・県庁・県総合文化センターでも県実行委員会主催のイベントが開催されます。●ねんりんピック栃木2014実行委員会事務局 ☎(623)3343

普段味わえない大谷の魅力が満載 フェスタin大谷2014

▽日時 9月6日(土)・7日(日)、午前10時～午後4時30分。

▽会場 大谷景観公園、大谷資料館(大谷町)。

▽内容 お囃子・和太鼓ふれあい教室・せきぐちゆきさん(シンガーソングライター)・清水孝宏さん(シンガーソングライター)によるステージイベント、大道芸バルーンショー・吹奏



●観光交流課 ☎(632)2437

宇都宮の特産品のひとつとして知られる大谷石。中心市街地から北西に位置する大谷には、大谷石で造られた巨大な平和観音や、巨大地下空間を体感できる大谷資料館など見所がたくさんあります。また、大谷石採掘跡地での体験型観光ツアーなど、新たな取り組みも始まっています。いつ訪れても新しい発見のある大谷に、足を運んでみませんか。

大谷に出掛けよう

楽演奏・よさこいソーラン・飲食物産販売コーナー・大谷石工作体験コーナー、大谷資料館の非公開部分の特別公開、大谷地底湖クルーズミニツアーなど。
●大谷石材協同組合 ☎(652)0924、フェスタin大谷実行委員会(観光交流課内) ☎(632)2437



マイ箸、マイバッグを持って出掛けよう もつたないフェア

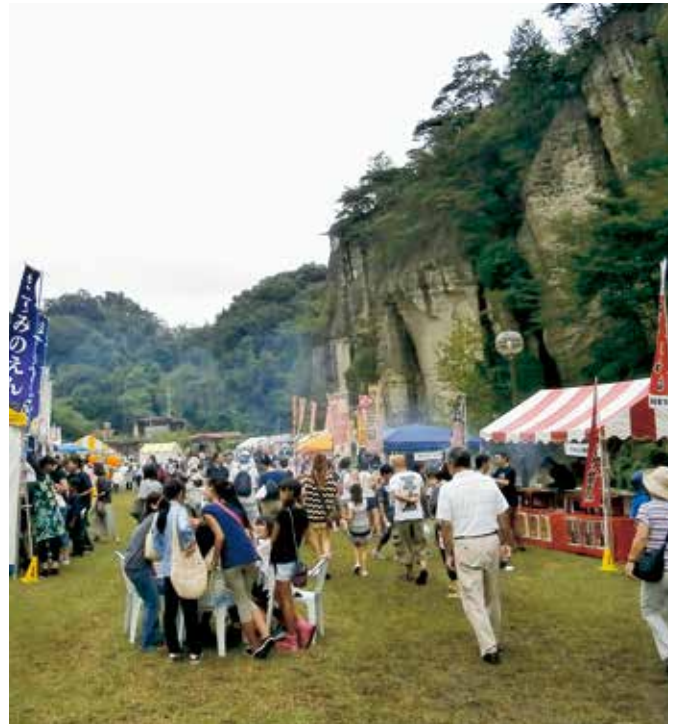
宇都宮2014

▽日時 9月28日(日)午前10時～午後3時。

▽会場 宇都宮城址公園他。

▽内容 雷様剣士ダイジによる「もつたないない」をテーマとしたヒーローショーやエコを体験できるサイエンスアクロバットショー、もつたないない4こ

ま漫画・ポスターなどの表彰式、地産地消もつたないなべ(マイ箸持参の人は無料)、もつたないない市(フリーマーケット)、モノづくりワークショップ、手作り雑貨マルシェなど。なお、サブイベントとして、子どもたちやキャラクターがオ



申し込み不要のイベント

屋外アニメ映画会

▽日時 9月20日(土)午後7時～。

▽会場 県立博物館(睦町)。

▽内容 「Donaldのハロインの祭り」他2作品。

▽持ち物 敷物・懐中電灯。

●視聴覚ライブラリー ☎(638)5704

突然のけがや病気などに備えて応急手当を覚えよう
救急フェア



1 アピタ宇都宮店駐車場(江曾島本町)
▽日時 9月6日(土)午前10時～

2 ろまんちっく村会場(新里町)
▽日時 9月7日(日)午前10時～正午。

3 かましんカルナ大曾店駐車場会場(大曾3丁目)
▽日時 9月13日(土)午前10時～正午。

4 ベルモール駐車場会場(陽東6丁目)
▽日時 9月14日(日)午前



●映写機マークのある写真に、アプリ(無料)をダウンロードしたスマートフォンまたはカメラ付きタブレットをかざすと、AR(拡張現実)で大谷の動画がご覧いただけます。設定方法など、詳しくは、市ホームページをご覧ください。

来れば
愉快だ
宇都宮
UTSUNOMIYA

2014ジャパンカップ サイクルロードレース

アジア最高位の自転車ワンデーロードレースとして、また、世界のスター選手が来日する大会として、日本中の自転車ファンが注目するジャパンカップサイクルロードレースを、10月11～19日に開催します。

■ジャパンカップシクロクロス 10月11日(土)・12日(日)。

■ジャパンカップクリテリウム 10月18日(土)。

■ジャパンカップサイクルロードレース 10月19日(日)。

※その他 詳しくは、広報うつのみや10月号でお知らせします。

☎観光交流課 ☎(632)2736

上から見るぞ 立体観戦クリテリウム

ジャパンカップクリテリウムを快適に観覧するため、会場となる大通りに面したオフィスビルなどの2階以上のスペースを観覧スポットとして提供します。

▽日時 10月18日(土) 午後2時～5時。

▽会場 大通り沿いのオフィスビルなど。

▽対象 小学生以下とその家族。

▽定員 抽選150人。

▽申込 10月10日までに、はがきまたはファクス(代表者の氏名・住所・電話番号・観覧希望者数を明記)で、〒320-0806中央3丁目1-4、宇都宮まちづくり推進機構 ☎(632)8215、FAX(636)7421へ。

▽その他 会場の指定はできません。当選者には後日、必要書類などを送付します。

☎観光交流課 ☎(632)2460



リオン通りをパレード。
▽その他 来場者用駐車場(中央卸売市場)から宇都宮城址公園までの無料シャトルバスをご利用ください。
もったいないりぶつく
不要になった本やDVDを寄付して、宇都宮のもったいない運動の広がりにつなげませんか。直接、イベント会場受付窓口へお持ち下さい。
■回収対象品 本、DVDなど。

■もったいないりぶつくの流れ
▽イベント会場の受付窓口で申込書とともに預かります。
▽査定・換金 リユースを前提とした買い取りにより募金額が決まります。品物をそのまま寄付するものではありません。
▽募金として送金 皆さんからの寄付が、もったいない運動市民会議の活動に役立てられます。
☎環境政策課 ☎(632)2417

使用済み小型家電を回収
家庭で使われなくなった小型家電を回収します。直接、イベント会場ごみ減量課ブースへお持ちください。
■回収対象 回収ボックスの投入口に入る家電製品(幅50センチメートル×高さ15センチメートル×奥行30センチメートル未満)。
■その他 詳しくは、21ページをご覧ください。
6 ☎ごみ減量課 ☎(632)241

■宮ふれあいステーションジャズ
▽日時 9月21日(日) 午後2時～2時30分と午後3時～3時30分の2回。
▽会場 JR宇都宮駅2階改札前。
▽出演者 Quadrifoglio。
■ミヤ・サンセットジャズ
▽日時 9月27日(土) 午後5時～7時20分。
▽会場 オリオンスクエア。
▽出演者 4×4、にこわん、市民ジャズオーケストラ。
☎うつのみやジャズのまち委員会事務局(文化課内) ☎(632)2763

10時～正午。
■内容 心肺蘇生法、AED(自動体外式除細動器)使用法、病气などに対する応急手当の方法、救急資器材や高規格救急自動車の展示など。各会場雨天中止。
☎1南消防署 ☎(653)0119、☎2西消防署 ☎(647)0119、☎3中央消防署 ☎(625)3453、☎4東消防署 ☎(663)0119

週末はジャズのまちで スイング

◎宮カフェでもったいない作品を展示 ▽期日 9月12～30日 ▽会場 宮カフェ(江野町) ▽内容 環境学習センターの紹介とその中で実施しているもったいない講座の作品展示。不用になった洋服や端切れが素晴らしい作品に生まれ変わる驚きのリサイクルをご覧ください。☎環境学習センター ☎(655)6030