



**催し**

**宇都宮シティガイドの  
解説付き街中ツアー**

1 大谷奇岩群と露天掘り見  
学コース

▽日時 11月22日(火)午前  
9時45分～午後0時30分。  
雨天中止。

▽コース 市営大谷駐車場  
(集合) 大谷元観音～磐石  
荘～冠木門～越路岩～材木  
岩～露天掘り～ホテル山～  
兜岩～弁慶の断割岩～亀岩  
～鶴岩～らくだ岩～景観公  
園～山ノ神～市営大谷駐車  
場(解散)。

2 大谷多気山登山と不動尊  
見学コース

▽日時 12月7日(水)午前  
9時45分～午後0時30分。  
雨天中止。

▽コース 多気山駐車場  
(集合)～桃畑茶屋～七曲

がり～御殿平～多気山頂～  
多気不動尊～多気山駐車場  
(解散)。

■定員 各先着10人。

■費用 500円(参加費)。

■申込 11月4日から、電  
話で、うつのみやシティガ  
イド協会 ☎090(541  
1)8667へ。

6 観光交流課 ☎(632)243

**チャレンジジャンプ  
うつのみや  
大なわとび大会**

▽日時 平成29年1月22日  
(日)午前9時～午後3時。

▽会場 ブレックスアリー  
ナ宇都宮(元今泉5丁目・  
市体育館)。

▽内容 大縄を制限時間内  
に何回跳べるかを競う。

▽対象 小学生以上の15人  
以内で構成されるチーム。  
代表者は20歳以上の人。

▽定員 先着70チーム。

▽費用 1チーム3000  
円(参加費)。

▽申込 11月4日午前9時  
から、ブレックスアリーナ  
宇都宮(市体育館)・清原  
体育館(清原工業団地)・  
雀宮体育館(南町)・明保

野体育館(明保野町)に置  
いてある申込書(宇都宮ス  
ポーツナビ) <http://www.utsunomiya-sponavi.or.jp>  
からも取り出し可)に必要  
事項を書き、直接またはフ  
ァクスで、市スポーツ振興  
財団(元今泉5丁目) ☎(663)  
1611、FAX(663)0067  
へ。

**とびやま歴史体験館で  
各種催し**

■会場 とびやま歴史体験  
館(竹下町)。

1 歴史講座

▽日時 12月11日(日)午後  
1時30分～3時。

▽内容 「宇都宮市内出土  
の茶道具」と題した、文化  
課職員による講座。

▽定員 先着50人。

2 企画展「出土品から探る  
中世下野の茶文化」

▽期間 11月26日～12月25  
日。

▽内容 中世を中心に県内  
出土のお茶に関する道具な  
どを展示し、当時の人々が  
楽しんだ茶の文化について  
紹介。  
3 古文書講座 古文書に清  
原を訪ねる

**うつのみやの魅力再発見  
ひととまちと自転車**



▲柿沼章さん

▽日時 12月4日(日)  
午後2時～3時30分。  
▽会場 東図書館  
(中今泉3丁目)。  
▽内容 柿沼章さん  
(宇都宮ブリッツェン  
代表取締役社長)と  
選手による、2016年シーズン結果  
や「自転車のまち宇都宮」の話。  
▽定員 先着50人。  
▽申込 11月10日午前9時30分  
から、直接または電話で、東図書館 ☎  
(638)5614へ。

提供。

▽定員 各先着12人。

▽費用 500円(受講料)。

▽申込 11月4日午前9時  
から、電話で、市スポー  
ツ振興財団 ☎(663)1611へ。

**大切に語り継がれる  
うつのみや民話の集い**

▽日時 11月19日(土)午後  
1時30分～2時30分。

▽会場 上河内民俗資料館  
(中里町・上河内(域内))。

▽内容 下野民話の会・野  
州語りの会・民話楽々会・  
栃木の民話がたりかまどの  
会・絆の会による、「でろ  
れんでろれん」「狼の恩返  
し」などの民話語り。  
問 文化課 ☎(632)2766

**健康を応援  
スポーツ健康体力相談**

▽日時 12月7・14・21日、  
午後1時30分～3時。  
▽会場 ブレックスアリー  
ナ宇都宮(市体育館)。  
▽内容 目的・体力に応じ  
たトレーニングメニューの

◎宇都宮精神保健福祉会(やしお会) ■相談会 ▽日時 11月10・17日(木)、午前10時～正午▽会場 保健所(竹林町)▽内容 精神障がい者を抱えた家族に対し、共通の体験をした家族が個別の相談を受ける。■定例会 ▽日時 11月17日(木)午前9時20分～午後2時30分▽内容 先進地見学(森病院)▽集合場所 保健所。■申込 電話で、保健予防課 ☎(626)1114へ。

# 催し

## 森林公園で 森林浴ヨガとランチ

- ▽日時 11月18日(金)午前10時30分～11時30分。午前10時20分から受け付け。
- ▽会場 市サイクリングターミナル(福岡町)。
- ▽対象 市内在住の18歳以上の。
- ▽定員 先着25人。
- ▽費用 1500円(参加費)。

## 青少年活動センターで 3x3大会

- ▽日時 12月7日(水)午後6時～8時30分。
- ▽会場 青少年活動センター(今泉町)。
- ▽内容 3人1チームでバスケットボールの試合を楽しむ。
- ▽対象 市内に在住または通学している中学生以上の学生。1チーム4人まで。
- ▽定員 先着10チーム。

## 教室・講座

### ともに幸せに生きていく 障がいとはどこにあると 思いますか

- ▽日時 11月19日(土)、12月3日(土)。午前10時～正午。全2回。
- ▽会場 人材かがやきセンター(中央5階)。
- ▽内容 健常者と障がい者がともに生きていく社会を実現するため、障がいへの正しい理解を深めるとともに、地域社会で自分に何ができるのかを考える講座。
- ▽対象 市内に在住か通勤通学している人。
- ▽定員 先着40人。
- ▽申込 直接または送付・電話・ファクス・Eメール(講座名・郵便番号・住所・氏名・ふりがな・電話番号・年齢・を明記)で、11月11日(必着)までに、〒320-0806 中央1丁目1-13、人材かがやきセンター(中央4階) ☎(632)6332、FAX(632)6336、☒14606@city.utsunomiya.tochigi.jp。

## 市スケートセンターで スピードスケート教室

- 期日 11月19日(土)。
- 会場 市スケートセンター(城南3丁目)。
- 1 五輪強化選手と滑るスピードスケート教室
- ▽時間 午後2時～。
- ▽内容 斉藤仁美さん(五輪強化選手)によるスケート指導とデモンストレーション。
- ▽対象 市内に在住か通勤通学している小学生以上。
- ▽定員 先着50人。
- ▽費用 500円(参加費)。
- 貸靴を利用する場合、別途貸靴料。

## 2 氷上スニーカーホッケー大会

- ▽時間 午前9時30分～。
- ▽内容 氷上でスニーカーを履いて行うオリジナルのホッケーゲーム。
- ▽対象 小学生以上。中学生以下は保護者同伴。
- ▽定員 先着9チーム(1チーム6～15人の男女混成チーム)。
- ▽費用 1チーム4500円

## 家庭生活支援講座 知ってトクする お片づけのキ・ホ・ン



▲小堀愛生さん

- ▽日時 11月30日(水)午前10時30分～正午。
- ▽会場 南図書館(雀宮町)。
- ▽内容 小堀愛生さん(整理収納コンサルタント)による整理収納の基本を学ぶ講座。
- ▽対象 市内在住または通勤通学している人。
- ▽定員 先着40人。
- ▽申込 11月10日午前9時30分から、電話で、南図書館 ☎(653)7609 へ。

- 申込 11月4日午前9時から、1 直接または電話で、2 参加費とメンバー表をお持ちの上、直接、スケートセンター ☎(655)6817 へ。
- ▽費用 2660円(受講料・保険料)。
- ▽申込 往復はがきの往信に、教室名・住所・氏名・電話番号を、返信に郵便番号・住所・氏名を書き、11月25日(消印有効)までに〒329-1102 白沢町1-79-1-3、ドリームプールかわち ☎(673)0212 へ。

## ドリームプールかわちで 大人向け水泳教室

- ▽日時 平成29年1月18・25日、2月1・8・15・22日、3月1・8日。午後3時10分～4時。全8回。
- ▽会場 ドリームプールかわち(白沢町)。
- ▽内容 水泳の基礎を学ぶ。
- ▽対象 市内に在住か通勤している社会人。今年度受講した人は受講不可。
- ▽定員 抽選15人。

## サン・アビリティーズで 卓球大会と文化教室

- 卓球大会
- ▽日時 11月26日(土)午前9時～午後1時30分。
- ▽内容 交流を目的とした卓球大会。種目は、硬式シングルとラージダブルス。
- 2 フラワーアレンジクリス

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。  
 区 地区市民センター、出 出張所、進 生涯学習センター、参 うつのみや表参道スクエア、HP ホームページ、Eメールアドレス、域 地域自治センター  
 地域市民センター、出 出張所、進 生涯学習センター、参 うつのみや表参道スクエア、☒ 地域コミュニケーションセンター、☒ 市民活動センター

◎フリーダイヤル自殺予防いのちの電話 ▽日時 11月10日(木)午前8時～11日(金)午前8時(24時間) ▽内容 死にたい・死のうと思っている人や、周囲にこのような人がいるときなどの自殺予防相談 ▽フリーダイヤル ☎0120(783)556。☎栃木いのちの電話事務局 ☎(622)7970、保健予防課 ☎(626)1114

## おめでとう20歳の門出 成人式は平成29年1月8日(日)です

▽時間・会場 下の表の通り▽対象 平成8年4月2日～平成9年4月1日に生まれた人▽案内状 11月1日現在で市内に住民登録をしている人に、11月中旬に送付▽その他 市内に住民登録がなく、本市での出席を希望する人は、生涯学習課(市役所13階)、各(区)・(運)に置いてある新成人該当者届(市(印)からも取り出し可)に必要事項を書き、12月28日(必着)までに、送付またはファクス・Eメールで、〒320-8540 市役所生涯学習課 FAX(632)2675、✉u4606@city.utsunomiya.tochigi.jpへ。詳しくは、市(印)をご覧ください。  
☎生涯学習課☎(632)2678

### ■午前開催

時間：午前10時～正午。受け付けは午前9時30分～

中学校区など	会場
旭中学校区	護国会館(陽西町)
陽南中学校区 星が丘中学校区	宇都宮東武ホテルグランデ(本町)
陽東中学校区 宇東高附属中 雀宮中学校区	ホテルニューイタヤ(大通り2丁目)
宮の原中学校区 瑞穂野中学校区	宇都宮グランドホテル(西原町)
豊郷中学校区 古里中学校区 河内中学校区 岡本特別支援	ホテル東日本宇都宮(上大曾町)
晃陽中学校区 富屋特別支援	ホテル丸治(泉町)
姿川中学校区	コンセーレ(駒生1丁目)
鬼怒中学校区 上河内中学校区	ホテルマイステイズ宇都宮(東宿郷2丁目)

### ■午後開催

時間：午後2時～4時。受け付けは午後1時30分～

中学校区など	会場
一条中学校区	護国会館
宝木中学校区 宇大附属中 若松原中学校区	宇都宮東武ホテルグランデ
泉が丘中学校区 清原中学校区 海星女子学院中	ホテルニューイタヤ
陽西中学校区 作新学院中等部 宇短大附属中 文星芸大附属中 県立盲学校 県立聾学校 宇大附属特別支援	宇都宮グランドホテル
陽北中学校区 のざわ特別支援 わかさ特別支援 国本中学校区 田原中学校区	ホテル東日本宇都宮
城山中学校区	コンセーレ
横川中学校区	ホテルマイステイズ宇都宮

### ◎自死遺族支援 わかちあいの会「こもれび」

▽日時 11月5・19日(土)、午後2時～4時▽会場 とちぎ福祉プラザ(若草1丁目)▽内容 大切な人を自死により亡くした人々の思いを分かち合う▽対象 家族や身近な人を自死で亡くした人▽費用 200円。☎栃木いのちの電話事務局☎(622)7970、保健予防課☎(626)1114

### マスリース教室

▽日時 12月3日(土)午前10時～正午。  
3 フラワーアレンジお正月飾り教室

### 小学校日本舞踊鑑賞教室一般観覧者募集

▽日時 12月28日(水)午前10時～正午。

■会場 サン・アビリティーズ(屋根板町)。

■定員 1 先着100人 2 各先着25人。

■費用 1 100円(参加費) 2 2500円(材料費) 3 2000円(材料費)。

■対象 障がいのある人を優先。

■申込 11月3日午前9時から、直接または電話・ファクス(氏名・電話番号・Eメール(タイトルを「小

から、直接または電話・ファクス(氏名・電話番号・Eメール(タイトルを「小

大会名・講座名を明記)でサン・アビリティーズ☎(656)1458へ。

学校日本舞踊鑑賞教室とし、住所・氏名・電話番号を明記)で、〒320-8540市役所文化課☎(632)2767、FAX(632)2765、✉u4607@city.utsunomiya.tochigi.jp。

### 新聞から学ぶ 文章術

▽日時 12月7日(水)午後1時30分～3時15分。

▽会場 県総合文化センター(本町)。

▽内容 日本を代表する舞踊家による、日本舞踊鑑賞と解説、体験コーナーなど。

▽対象 市内在住または通勤通学している人。

▽定員 抽選50人程度。

▽申込 11月21日までに、電話または郵送・ファクス・Eメール(タイトルを「小

新聞記事から学ぶ文章術の講演と投稿文の書き方など。

▽日時 11月16日(水)午後2時～4時。

▽会場 東図書館(中今泉3丁目)。

▽内容 下野新聞社「しもつけ新聞塾」講師による、

▽定員 先着40人。

▽申込 11月4日午前9時30分から、直接または電話で、東図書館☎(638)5614へ。

▽日時 12月15日(木)午前10時～11時30分。

▽会場 南図書館。

▽内容 スポーツクラブのインストラクターによる高齢者向けの運動不足解消法。

▽対象 市内在住で65歳以上の

▽定員 先着50人。

▽申込 11月15日午前9時から、電話で、南図書館☎(632)2765へ。

▽日時 12月3日(土)午後1時～4時。

▽会場 姿川(西川田町)。

▽内容 文化財関係者との対話を通じて地域の文化財とは何かを考え、南西部を代表する文化財ベスト3について話し合う。

館☎(653)7609へ。

わがまちつつのみやじまん みんなで学ぶ「地域の宝」発見ワークショップ

▽日時 12月3日(土)午後1時～4時。

▽会場 姿川(西川田町)。

▽内容 文化財関係者との対話を通じて地域の文化財とは何かを考え、南西部を代表する文化財ベスト3について話し合う。

▽定員 抽選5人程度。

▽申込 11月14日までに、電話・ファクス(郵便番号・住所・氏名・電話番号を明記)で、文化課☎(632)2768、FAX(632)2765へ。

お知らせ

ふれあいコンサート・森のコンサート出場者募集

1 シティホールふれあいコンサート  
 2 森のコンサート

▽期日 平成29年6・8・10・12月、平成30年1・3月。  
 △会場 市役所1階市民ホール。

▽期日 平成29年5・7・9・11月、平成30年2月。  
 △会場 宇都宮美術館（長岡町）。

■募集内容 室内楽、合唱、またはそれに準ずるもの。



▲宇都宮市長賞受賞作品

わく・わくアートコンクール in うつのみや 2016 入賞作品巡回展

▽期間・会場 11月11～13日＝ベルモール（陽東6丁目）。11月18～20日＝東武宇都宮百貨店（宮園町）。11月25～27日＝梵天の湯（今里町）。12月2～4日＝とちぎ健康の森（駒生町）。12月9～11日＝アピタ宇都宮店（江曾島本町）。12月16～18日＝南図書館（雀宮町）。  
 ▽内容 障がいのある人のアートコンクールで入賞した絵画や造形物などの作品の巡回展。

☎障がい福祉課 ☎(632)2673

■対象 次のいずれかに該当する人①市内に在住か通勤通学している②市内で音楽活動している③本市出身。

■申込 市文化会館（明保野町）、宇都宮美術館、文化課（市役所12階）に置いてある募集要項（各施設のHPからも取り出し可）に必要事項を書き、演奏曲2曲を録音したCDを添えて、12月23日（必着）までに、直接または送付で、〒320-8570市文化会館へ。

市文化会館 ☎(636)2125、宇都宮美術館 ☎(632)6430、文化課 ☎(632)6727

本文中に記載がないものは、原則として、対象とみなす。費用は無料、申込不要。HPホームページ、地域コミュニケーションセンター、市民活動センター

「学びたい」を応援したい

MANAVIS(※)を活用してみませんか

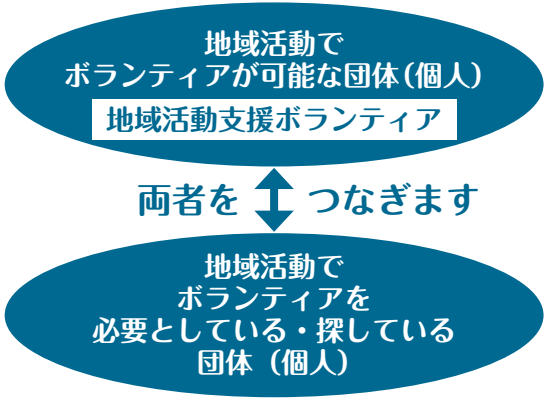
※宇都宮市生涯学習情報提供システム



MANAVISでは、市民の皆さんの学習や地域活動に役立つ情報をご家庭のパソコン・スマートフォン・タブレットを使った簡単な操作で閲覧いただけます。また、地域人材マッチング情報（地域人材情報・地域人材募集情報）の登録や提供も行っています。

地域人材マッチングとは

市内で、ボランティアとして地域活動を行いたい市民の皆さんと、イベントや講座を開催する際に人員や技術が必要な団体や自治会の皆さんなどをつなぐシステムのことです（右の図参照）。  
 ▽登録情報 生涯学習または地域活動に関する講座・イベント、講師・指導者、団体・サークル、施設、地域人材情報、地域人材募集情報など。  
 ▽登録申請 人材かがやきセンター（中央1丁目・中央☎4階）や各☎に置いてある申請書（MANAVIS HPからも取り出し可）に必要事項を書き、直接、各☎へ。



宇都宮市生涯学習情報提供システム

検索

MANAVIS HP  
 ▽ <https://manavis-utsunomiya.jp>



☎人材かがやきセンター（中央☎4階）  
 ☎(632)6332

▲パソコンサイト用QRコード

◎確認しましょう 最低賃金 10月1日から、県最低賃金が時間額775円に改定されました。県最低賃金は、県の区域内の事業場で働く全ての労働者とその使用者に適用されます。一般労働者はもちろん、臨時、パート、アルバイトなどにも適用されます。なお、特定の産業には特定最低賃金が定められています。詳しくは、栃木労働局 ☎(634)9109、または宇都宮労働基準監督署 ☎(633)4251へ。