



教室・講座

子ども

演劇ワークショップ
言葉と体で伝えよう

- ▽日時 1月28日(日)①午前10時〜正午②午後1時30分〜3時30分。
- ▽会場 南図書館(雀宮町)。
- ▽内容 「ことばとからだ」で伝える表現」と題した、木内希さん(劇団仲間の演出家)によるワークショップ。
- ▽対象 ①小学1〜3年生②小学4年生〜中学生。
- ▽定員 各先着25人。
- ▽申込 1月12日午前9時30分から、電話で、南図書館☎(653)7609へ。

親子わくわく
歴史教室

- ▽日時 2月3日(土)午前9時30分〜正午。

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(定員の記載があり申込の記載がないものも、当日、直接会場へ)。HPホームページ、Eメールアドレス、地区市民センター、出張所、生涯学習センター、のみや表参道スクエア、地域コミュニティセンター、市民活動センター

- ▽会場 南図書館。
- ▽内容 宇都宮の歴史の講話と、市南部地域で出土した土器の展示、縄文土器作り体験。
- ▽対象 小学3〜6年生とその保護者。
- ▽定員 先着20組。
- ▽費用 100円(教材費)。
- ▽申込 1月10日午前9時30分から、南図書館☎(653)7609へ。

2月の
ママ・パパ学級

- ▽日時 ①2月3・18日②2月9日、午前9時30分〜11時30分。午前9時15分から受け付け。
- ▽会場 市保健センター(ラスクエア宇都宮9階)。
- ▽内容 赤ちゃんのいる生活と両親の健康、赤ちゃんのお風呂他。
- ▽対象 妊娠6〜9カ月(20週〜35週)の妊婦とその夫。
- ▽定員 ①各先着30組②先着15組。
- ▽申込 1月5日午前9時30分から、電話で、市保健センター☎(627)6666へ。
- ▽その他 1人での受講も受け付けています。

笑顔で子育てできる
親子の
こころ講座

- ▽日時 ①2月2日(金)②2月13日(火)、午前10時〜正午。
- ▽会場 平石区(下平出町)。
- ▽内容 ①助産師によるタッチケアと講話②保育士によるおもちゃづくりと保健師の講話。
- ▽対象 おおむね4〜6カ月児とその保護者。
- ▽定員 各先着20組。
- ▽申込 1月5日から、電話で、平石区☎(661)2369へ。

雪遊びデイキャンプ
in なす高原自然の家

- ▽日時 2月3日(土)午前8時30分〜午後4時30分。
- ▽会場 青少年活動センター(今泉町)集合。
- ▽内容 冬の大自然の中で雪合戦やソリ遊びなどの雪遊び体験。
- ▽対象 市内に在住か通学している小学生。
- ▽定員 先着40人。
- ▽費用 4500円(バス代・昼食代・保険代など)。
- ▽申込 1月9日午後2時から、電話で、青少年活動センター☎(663)3155へ。

館☎(653)7609へ。

家庭生活支援講座
じいじ・ばあばの
安心孫育て

- ▽日時 2月2日(金)午後1時30分〜3時。
- ▽会場 南図書館。
- ▽内容 村上誠さん(ファザリング・ジャパン理事)による、孫育て講座。
- ▽対象 孫育てに興味のある人。
- ▽定員 先着120人。
- ▽申込 1月16日午前9時30分から、電話で、南図書館☎(663)3155へ。

ベビーとママの
なかよし1月クラス

- ▽日時 1月18日(木)午前10時〜11時30分。
- ▽会場 青少年活動センター。
- ▽内容 母親が赤ちゃんに触れ合い、生命の尊さを実感することができる心のコミュニケーション。
- ▽対象 市内在住の平成29年7月17日〜11月17日生まれの子どもとその母親。

幼児のための
水泳教室



- ▽日時 2月20・27日、3月6・13・20日。午後3時30分〜4時15分。
- ▽会場 茂原健康交流センター(茂原町)。
- ▽対象 年中・年長の幼児。
- ▽定員 各先着20人程度。
- ▽費用 施設利用料(実費)。
- ▽申込 1月20日午前9時30分から、直接、茂原健康交流センター☎(654)2815へ。

ワンポイントアドバイス
水泳教室(小・中学生向け)

- ▽日時 1月5・12・19日、午後6時〜7時。
- ▽会場 茂原健康交流センター。
- ▽内容 4泳法技法のポイントアドバイス。

◎日常にすぐ生かせる産後セルフケア体験 ▽日時 2月8日(木)午前10時〜11時30分▽会場 青少年活動センター▽内容 バランスボールを使った産後の骨盤にやさしい有酸素運動、コミュニケーションワーク、セルフケアの実習など▽対象 市内在住の平成29年10月7日〜12月7日生まれの子どもとその母親▽定員 先着12組▽費用 1,000円(用具代)▽申込 1月18日午後2時から、電話で、青少年活動センター☎(663)3155へ。

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(市体育館)▽申込期間 1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> の応募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・①②③は学年・④は年中・年長・⑤は年齢・保護者の氏名・④⑤は希望するコース(第2希望まで)を、返信に郵便番号・住所・氏名を書き、〒321-0956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1講座。ただし家族は連名可。

教室名	日時・会場	対象・定員・費用
①とび箱・マット教室 跳び箱・マットなどを使って運動。苦手意識を克服	2月28日、3月1・2日。午後5時30分～6時20分。全3回	小学1～3年生 抽選50人 1,200円
②ジュニアリズムダンス教室 さまざまなリズムで体を動かし身体能力をアップ	2月19・26日、3月5・12・19日。午後5時30分～6時20分。全5回	小学生 抽選40人 2,000円
③ジュニアヒップホップダンス教室 リズムを中心に流行の曲に合わせて楽しくダンス	2月20・27日、3月6・13・20日。午後5時30分～6時20分。全5回	小学生 抽選40人 2,000円
④キッズスポーツ教室(2・3月分) ト遊びやボール遊びを通じて基礎体力をアップ	2月5・19日、3月12日。全3回 Aコース=午後3時10分～3時50分 Bコース=午後4時10分～4時50分	年中・年長 各抽選45人 1,200円
⑤親子deスポーツ教室(2・3月分) 楽しく運動。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5・19・26日、3月5・12・19・26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 2月2・9・16日、3月2・9・16・23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	2歳以上の未就学児とその親 各抽選30組 2,800円

2月の離乳食教室

▽対象 小・中学生。
▽定員 各先着20人。
▽費用 施設利用料(実費)。
問 茂原健康交流センター ☎(654)2815

▽日時 ①2月9日 ②2月13日 ③2月21日、午前10時～11時45分。午前9時45分から受け付け。

▽会場 ①平石区 ②市保健

センター③河内区(中岡本町)。
▽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 1月5日から、電話で、①平石区 ☎(661)23

親子の食育体験教室 ひなまつりのお祝い料理編

69 ②保健と福祉の相談 ☎(632)2941 ③河内区 ☎(671)3205へ。
▽日時 2月10日(土)午前10時～午後1時。
▽会場 市保健センター。
▽内容 管理栄養士による幼児と家族の食育についての講話、ひな祭りのお祝いの調理実習。

料理の調理実習。
▽対象 市内在住の平成25年4月2日～平成26年4月1日生まれの幼児とその保護者。
▽定員 先着15組。
▽費用 800円程度(食材費)。
▽申込 1月6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。

▽会場 中央図書館(明保野町)。
▽内容 親子で楽しむ「お米と日本人のくらし」と題した、白央篤司さん(フリーライター)による講演。
▽対象 小学生以上。
▽定員 先着60人。
▽申込 1月6日午前9時30分から、直接または電話で、中央図書館 ☎(636)0231へ。

催し

ともそだち広場 つぼみ座による人形劇

▽日時 2月1日(木)午前10時30分～正午。
▽会場 城山区(大谷町)。
▽内容 おはなしきゃらばんつぼみ座による、人形劇などの公演。
▽対象 市内在住の0～3歳児とその保護者。
▽定員 先着30組。
▽申込 1月16～26日に、直接または電話で、城山 ☎(大谷町) ☎(652)4794へ。

みんな大好き「給食番長」子ども向け 演劇鑑賞会

▽日時 2月25日(日)午後2時～3時。
▽会場 南図書館。
▽内容 絵本「給食番長」(よしながこうたく著)を原作とした劇団仲間による演劇。
▽定員 先着250人。
▽費用 全席自由2500円(観覧料)。2歳以下は無料。
▽申込 1月12日午前10時から、費用をお持ちの上、直接、南図書館または、電話で、宇都宮子ども劇場 ☎(680)4005へ。
問 南図書館 ☎(653)7609

◎うつのみやジュニアジャズオーケストラメンバー募集 ▽練習日時 毎週土曜日、午後2時～5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年生～高校3年生。初心者歓迎▽費用 月額2,500円(会費)▽申込 電話で、うつのみやジュニアオーケストラ事務局 ☎090(8856)4512へ。問 うつのみやジャズのまち委員会(市文化課内) ☎(632)2767

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。対象月の翌月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の上、指定の医療機関で受診してください。

■ 2歳5カ月児歯科健康診査

受付時間：午後1時～2時30分

期 日	会 場	対 象
1日(木) 2日(金) 8日(木) 9日(金) 15日(木)	市保健センター。 無料駐車場はありません	平成27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28年7月生まれ	平成27年1月生まれ	
会 場	市保健所(竹林町)	9日(金) 22日(木)	2日(金) 15日(木)
	市保健センター	20日(火)	6日(火)
	平石区	1日(木)	7日(水)
	横川区	14日(水)	20日(火)
	城山区	8日(木)	23日(金)
	姿川区	7日(水)	16日(金)
	南図書館	21日(水)	1日(木)
	河内区	16日(金)	8日(木)
	上河内区		14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。

※1 1・2回目の接種間隔は27日以上、3回目は1回目終了後、139日以上の間隔を空けて接種します。

※2 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。

※3 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。

※4 6カ月以上12カ月未満の間隔を空けて2回接種します。

※5 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。

※6 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。

※7 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、接種を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
B型肝炎 (※1)	生後2カ月以上1歳未満 (生後2カ月以上9カ月未満)	平成29年11月生まれで 満2カ月になった日から	3
ヒブ (※2)	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29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(※2)	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29年11月生まれで 満2カ月になった日から	1～4
四種混合 (※3)	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29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19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29年8月生まれで 満5カ月になった日から	1
水痘 (※4)	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29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(※5)	1期 生後12カ月以上24カ月未満	平成29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23年4月2日～平成24年4月1日生まれ		1
日本脳炎 (※6)	1期 生後6カ月以上7歳6カ月未満 (3歳)	平成27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21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 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 (※7)	小学6年生～高校1年生相当の女子 (中学1年生相当)		3

◎1月21日(第3日曜日)は「家庭の日」市では、家庭における親子の触れ合いや絆づくりを推進するため、「ふれあいのある家庭づくり事業」に取り組んでいます。寒い日が続いていますね。今月の「家庭の日」には、ゆっくりとこたつの中で家族だんらんのひとときを過ごし、1年の目標について話し合うのも良いですね。温かい家族の絆は、心をほっとさせてくれます。この機会に家族の絆を深めましょう。☎子ども未来課 ☎(632)2944



本文中に記載がないものは、原則として、対象外となります。費用は無料。申込は不要(定員の記載があり申込の記載がないものも、当日、直接会場へ)。HPはホームページ、EメールはEメールアドレス、☎は電話、☎は市民活動センター、☎は地域コミュニティセンター、☎は市民活動センター、☎は市民活動センター