

本文中に記載がないものは、原則として、対象外となり、費用も不要（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、地区市民センターは地区市民センター、出張所は出張所、生涯学習センターは生涯学習センター、地域コミュニティセンターは地域コミュニティセンター、市民活動センターは市民活動センター、申込時に記載する基本項目は、催し名・郵便番号・住所・氏名・ふりがな・電話番号・人数。



子ども

教室・講座

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4・11・18日、午後6時～7時。
▽会場 茂原健康交流センター（茂原町）。

▽内容 4泳法技法のポイントアドバイス。
▽対象 小中学生。
▽定員 各先着20人。
▽費用 施設利用料（実費）。
▽費用 施設利用料（実費）。
▽問 茂原健康交流センター ☎(654) 2815

幼児のための
水泳教室

▽日時 2月19・26日、3月5・12・19・26日。午後3時30分～4時15分。
▽会場 茂原健康交流センター。

▽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19日午前9時30分から、直接、茂原健康交流センター ☎(654) 2815へ。

2月の
離乳食教室

ページ番号
1013510

1 平石区（下平出町）会場
▽期日 2月7日（木）。
▽申込先 平石区 ☎(661) 2369

2 市保健センター（ララスクエア宇都宮9階）会場
▽期日 2月14日（木）、25日（月）。
▽申込先 保健と福祉の相談 ☎(632) 2941

3 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。
4 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。
5 定員 各先着20組。
6 申込 1月7日から、電

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 1月10日（消印有効）までに、宇都宮スポーツナビ HP <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④・学年・年齢・保護者の氏名を、③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、〒321-0954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講座、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ジュニアヒップホップダンス教室 さまざまなリズムで体を動かし身体能力をアップする	2月19・26日、3月5・12・19日。全5回 午後5時30分～6時20分	小学生 抽選40人 2,000円
②とび箱・マット教室 とび箱・マットなどを使って運動。苦手意識を克服する	2月20～22日。全3回 午後5時30分～6時20分	小学1～3年生 抽選50人 1,200円
③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4・18・25日、3月4・11・18日。全6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1・8・15・22日、3月1・8・15・22日。全8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 未就学児の親子 各抽選30組 A・Bコース＝各2,400円 C・Dコース＝各3,200円

話で、各申込先へ。
▽その他 年間の日程は、市HPをご覧ください。

歯あとふる教室
歯は一生の宝物

▽日時 2月1日（金）午前10時30分～11時30分。
▽会場 市保健センター。

▽内容 歯科衛生士による乳歯ケアに関する講話、歯磨きの実演指導および虫歯菌の検査（保護者対象）。
▽対象 市内在住の0歳児とその保護者。
▽定員 先着40組。

生まれてくる
赤ちゃんのための
ママパパ食育教室

▽日時 2月17日（日）午前10時～11時30分。
▽会場 市保健センター。

▽内容 妊娠中に必要な栄養・バランスの取れた食生活・頑張るパパの食事アドバイスなどに関する栄養士の講話やレシピの紹介。

笑顔で子育てできる
親子のこころ講座

▽日時 ①2月1日（金）②2月22日（金）、午前10時～正午。全2回。
▽会場 平石区。

▽内容 ①助産師による

◎ベビーとママのなかよしクラス ▽日時 1月31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 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30年7月30日～11月30日生まれの子どもの保護者▽定員 先着15組▽費用 1,300円（材料・資料代）▽申込 1月8日午後2時から、電話で、青少年活動センター ☎(663) 3155へ。

タッチケアと講話②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23組。

▽申込 1月7日から、電話で、平石☎(661)2369へ。

2月のママパパ学級

ページ番号 1004360

▽日時 ①2月5日②2月16・24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。

▽内容 出産・育児に向けての心得と赤ちゃんのいる生活、赤ちゃんのお風呂など。

▽対象 妊娠6〜9カ月(20週〜35週)の妊婦とその夫。初めて出産する人を優先。

▽定員 ①先着15組②各先着30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。

風しんの抗体検査(無料)を医療機関で実施しています

妊婦、特に妊娠初期の女性が風しんにかかると、赤ちゃんに感染し、耳が聞こえにくい、目が見えにくい、生まれつき心臓に病気になるなどの「先天性風しん症候群」という病気にかかってしまうことがあります。本市では、先天性風しん症候群の発生を予防するために、対象者に風しん抗体検査を実施しています。

▽会場 市内協力医療機関および保健所(竹林町)。
▽対象 次のいずれかに該当する人。①妊娠を希望する女性②妊娠を希望する女性の配偶者や同居者③風しんの抗体価が低い妊婦の配偶者や同居者。

ただし、次のいずれかに該当する人は対象外。
①過去に風しん抗体検査を受けたことがある②風しんの予防接種歴がある③検査で確定診断を受けた風しんの既往歴がある。

▽その他 日程など、詳しくは、市☎をご覧ください。

問 保健予防課☎(626)1114

ページ番号 1004507

お知らせ

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2500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

催し

新春まちぴああそび初め2019

▽日時 1月20日(日)午前9時45分〜午後1時。

▽会場 まちぴあ(元今泉5丁目)。

▽内容 影絵光による「お

やゆび姫」上演、餅つき・おはやし・竹馬・お手玉・拳玉など、懐かしい昔遊びを通して3世代の交流イベント。外国人の参加大歓迎。

▽その他 駐車場は、県立白楊高等学校職員駐車場(約100台)が利用できますが、公共交通や相乗りでの来場にご協力ください。

問 まちぴあ☎(661)2778

ファミリーサポートセンター協力会員講習会

▽日時 1月29〜31日、午前9時〜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保育的知識・技術を身に付ける講習会。

▽対象 市内在住で、子育てに熱意のある人。

▽定員 先着30人。

▽申込 1月23日までに、電話で、ファミリーサポートセンター☎(616)1571へ。

8時30分〜午後5時。
▽会場 青少年活動センター集合。

▽内容 冬の大自然の中の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16日午後2時から、電話で、青少年活動センター☎(663)3155へ。

子ども向け演劇鑑賞会

▽日時 2月24日(日)午後2時〜3時。

▽会場 南図書館(雀宮町)。

▽内容 劇団うりんこによる、「ごんぎつね」作者新実南吉作の「はなのき村の盗人たち」が原作の演劇。

▽費用 2200円(観覧料)。2歳以下は無料。

▽定員 先着250人。

▽申込 1月11日午前10時から、費用をお持ちの上、直接、南図書館へ。または、電話で、宇都宮子ども劇場☎(680)4005へ。

問 南図書館☎(653)7609

本文中に記載がないものは、原則として、対象どなたでも、費用は無料、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はホームページ、Eメールはアドレス、地区市民センター、出張所、生涯学習センター、参りつつのみや表参道スウェーア、地域コミュニケーションセンター、市民活動センター、申込み時に記載する基本項目は、催し名・郵便番号・住所・氏名・ふりがな・電話番号・人数。

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

ページ番号
1004363

▽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。

■ 2歳5カ月児歯科健康診査

ページ番号
1004368

▽受付時間 午後1時～2時30分

期 日	会 場	対 象
1日(金)	市保健センター 無料駐車場はありま せん	平成28年 9月生まれ
7日(木)		
8日(金)		
14日(木)		
21日(木)		

▽受診方法 2歳3カ月になる月の月上旬に送付するお知らせをご覧ください。

■ 1歳6カ月児・3歳児の幼児健康診査

ページ番号
1004364

ページ番号
1004365

▽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29年7月生まれ	平成28年1月生まれ	
会 場	市保健所	1日(金)	7日(木)
		22日(金)	15日(金)
	市保健センター	19日(火)	5日(火)
	平石区	13日(水)	8日(金)
	横川区	14日(木)	1日(金)
	城山区	8日(金)	19日(火)
	姿川区	15日(金)	21日(木)
	南図書館	6日(水)	20日(水)
	河内区	20日(水)	14日(木)
	上河内区		6日(水)

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

▽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

ページ番号
1004383

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
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30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30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30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30年10月生まれで 満3カ月になった日から	4
	2期 11歳以上13歳未満 (11歳)	平成20年1月生まれで 誕生日から	1
B C G	1歳未満 (生後5カ月以上8カ月未満)	平成30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30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30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24年4月2日~平成25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28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22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年生相当までの女子 (中学1年生相当)		3

◎1月20日(第3日曜日)は「家庭の日」本市では、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つきを過ごし、今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)2344

