

教室・講座

ID 1004360

6月の
ママパパ学級

- ▼日時 ①6月1・16日②6月18日、午前9時30分～11時30分。
- ▼会場 市保健センター（ララスクエア宇都宮9階）。
- ▼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 市内在住で、妊娠6～9カ月（20～35週）の妊婦とその夫。初めて母親や父親になる人を優先。

- ▼定員 ①各先着30組②先着15組。
- ▼申込開始 5月7日午前9時30分。
- ▼申込方法 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。

ID 1013510
6月の
離乳食教室

- ▼1 市保健センター会場
- ▼期日 6月4日(火)。
- ▼申込先 保健と福祉の相談☎(632)2941。

- ▼2 平石区（下平出町）会場

クイズコーナーの答え

表紙裏（自次）で出題したクイズの答えを公表するよ!

問題1の答え 1 オークランド市

オークランド市は、ニュージーランドの中で1番人口の多い都市で、1982年に姉妹都市になったよ。市では、国際化の推進、国際理解・交流を推進するため、姉妹・文化友好都市になって、いろいろな分野で交流を深めているんだ。姉妹都市ともしっかり仲良くなれるよう、中学生や高校生を派遣しているから、詳しくは、20ページを見てね。



問題2の答え 3 フェスタmy宇都宮

フェスタmy宇都宮は、宇都宮市が誕生して90年の節目に定められた「市民の白」を記念して、行われるイベントだよ。市民の皆さんが白頃の活動の発表やPRをするから、宇都宮の魅力を見ることができるんだ。いろいろな楽しいことがあるから、詳しくは、6ページを見てね。宇都宮の歴史をもっと知りたい人は、広報うつのみやプラスも見てみてね。



- ▼期日 6月11日(火)。
- ▼申込先 平石区☎(661)2369。
- ▼3 豊郷区（岩曾町）会場
- ▼期日 6月24日(月)。
- ▼申込先 保健と福祉の相談☎(632)2941。

- ▼時間 午前10時～11時45分。
- ▼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 市内在住で、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。第1子の人を優先。受講は1回まで。
- ▼定員 各先着20組。
- ▼申込開始 5月7日。
- ▼申込方法 電話で、各申込先へ。
- ▼その他 年間の日程は、市HPをご覧ください。

茂原健康交流センターで
幼児水泳教室

- ▼日時 5月28日、6月4・11・18・25日、7月2・9日。午後3時30分～4時15分。全7回。
- ▼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 先着30人。
- ▼費用 施設利用料（実費）。
- ▼申込開始 5月11日午前9時30分

- ▼申込方法 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 5月10・24・31日、午後6時～7時。
- ▼内容 4泳法技法のポイントアドバイス。
- ▼会場 茂原健康交流センター。
- ▼対象 小中学生。
- ▼定員 各先着15人。
- ▼費用 施設利用料（実費）。

催し

大好きなお母さんの
似顔絵を描こう
母の日似顔絵コンテスト

- ▼対象 市内在住か通学する幼児以上。
- ▼応募期限 5月10日。
- ▼応募方法 青少年活動センター（今泉町）に置いてある専用応募用紙に作品と必要事項を書き、直接、青少年活動センター☎(663)3155へ。

茂原健康交流センター☎(654)2815

催し

パパ・ママキッズサッカー
栃木SCのコーチと親子で
楽しくサッカーをしよう

- ▼日時 6月1日(土)午前10時～11時30分。
- ▼会場 栃木SC宇都宮フィールド(中久保2丁目・市サッカー場)。
- ▼内容 栃木SCのコーチによるレッスンとミニゲーム。
- ▼対象 年中・年長の子どものとそ親。
- ▼定員 抽選50組(2人1組)。
- ▼費用 500円(参加費)。
- ▼申込期限 5月10日(消印有効)。
- ▼申込方法 宇都宮スポーツナビ

- ▼日時 5月26日(日)午後1時～3時。
- ▼日時 5月26日(日)午後1時～3時。
- ▼日時 5月26日(日)午後1時～3時。

親子で体験学び塾
ランプシールド作りに挑戦

- ▼日時 5月26日(日)午後1時～3時。

- ▼会場 上河内民俗資料館(中里町・上河内区内)。
- ▼内容 ミニひょうたんを利用したランプシールド作り。
- ▼対象 市内在住の小中学生とその家族。
- ▼定員 先着30人。
- ▼費用 1個500円(材料費)。
- ▼申込期間 5月3～15日。
- ▼申込方法 電話で、上河内民俗資料館☎(674)3480へ。

6月は
歯と口の健康週間

- ▼1歯あつふる教室 歯は一生の宝物
- ▼日時 6月6日(木)午前10時30分～11時30分。
- ▼対象 0歳児とその保護者。
- ▼2親子で歯みがきピカピカ大作戦
- ▼日時 6月8日(土)午前10時30分～11時30分。
- ▼対象 1歳児とその保護者。
- ▼会場 市保健センター(ララスクエア宇都宮9階)。
- ▼内容 歯科衛生士による乳歯ケアに関する講話、歯みがきの実演指導および虫歯菌の検査。
- ▼1保護者対象 21歳児対象。
- ▼定員 各先着40組。
- ▼申込開始 5月10日午前9時30分。

- ▼日時 5月10日午前9時30分。

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) ▼申込期限 5月10日(消印有効) ▼申込方法 宇都宮スポーツナビ

①は年齢、①③は希望する回(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枚につき1講座、1人。ただし家族は連名可。①は妊娠中の方は参加できません。



▲宇都宮スポーツナビ

教室名	日時	対象・定員・費用など
①親子deスポーツ教室(6・7月分)	6月3・10・17・24日、7月1・8・22・29日。全8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 6月14・21・28日、7月5・12・19・26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歳以上の未就学児親子各抽選30組 A・Bコース=各3,200円 C・Dコース=各2,800円
②キッズスポーツ教室	6月24日、7月1・8日。午後3時40分～4時20分。全3回	年中・年長抽選60人 1,200円
③第1・2回鉄棒(逆上がり)教室	第1回=6月17・19・21日 第2回=6月24・26・28日 午後5時30分～6時20分。各全3回	小学生各抽選50人 各1,200円

親子のよい歯と
三歳児よい歯のコンクール

- ▼日時 5月10日(必着)。
- ▼日時 5月10日(必着)。
- ▼日時 5月10日(必着)。

- ▼日時 5月10日(必着)。
- ▼日時 5月10日(必着)。
- ▼日時 5月10日(必着)。

予防接種を受けましょう

ID 1004383

1 麻しん風しん混合予防接種（第2期）

麻しんと風しんの流行を予防するため、小学校入学前に麻しん風しん混合予防接種（第2期）を受けることになっています。麻しん（はしか）にかかると重い脳炎を発症する場合があります、1,000人に1人程度の割合で死亡することがあります。



4月に通知はがきを発送しましたので、早めに接種を受けましょう。

- ▼接種期限 令和2年3月31日。
- ▼接種方法・回数 医療機関で1回接種。
- ▼対象 市内に住民登録がある平成25年4月2日～平成26年4月1日に生まれた人。
- ▼接種料金 無料。ただし、接種期限を過ぎると有料。
- ▼持ち物 母子健康手帳・予防接種受診者証。

2 二種混合（ジフテリア・破傷風）予防接種

ジフテリアはジフテリア菌の飛沫感染で起こります。現在の日本では、乳幼児期に受けた三種混合予防接種の効果によって、発病者はほとんど見られませんが、接種率が低下するとジフテリアが流行する危険性があります。

破傷風は土の中の破傷風菌が人の体内に入ることによって感染します。本人が気づかない程度の軽い擦り傷や刺し傷が原因で、感染することもあります。

- ▼接種方法・回数 医療機関で1回接種。
 - ▼対象 市内に住民登録がある11・12歳（13歳の誕生日の前日まで）。
 - ▼接種料金 無料。ただし、対象年齢を過ぎると有料。
 - ▼持ち物 母子健康手帳・市から郵送された通知一式（封書）。
- ☎保健予防課 ☎(626)1114

生涯学習センターで各種講座

会場・講座名	日時	対象・定員・費用	申込・その他
1 中央(運) 子育て広場 ID 1006448	5月15日、6月16日、7月17日、 8月7日、9月18日、10月16日、 11月20日、12月15日、 令和2年1月15日、2月19日。 午前10時～正午	市内在住の乳幼児とその保護者	6月16日と12月15日のみ事前申し込みが必要(抽選30組)。6月16日開催分は、5月15日(消印有効)までに、直接またははがき・Eメール(参加者全員の(運)・年齢を明記)で、〒320-0806 中央1丁目1-13、中央(運)☎(632)6331、☒u47090100@city.utsunomiya.tochigi.jpへ 12月15日の申し込みは、後日お知らせ 持ち物は、タオル・飲み物・動きやすい服装・上履き
2 東(運) 親子でDoing ID 1016077	6月15日、7月20日、8月3日。 午前10時～正午。全3回	市内在住の小学3・4年生とその保護者 抽選30組	5月7～21日(必着)に、直接またははがき・Eメール(参加者全員の(運)・性別・学校名・学年を明記)で、〒321-0968中今泉3丁目5-1、東(運)☎(638)5782、☒u47090001@city.utsunomiya.tochigi.jpへ
3 豊郷(運) 子育て広場	6月16日(日)午前10時～11時30分	市内在住の1～3歳の子どもと両親 先着20組	5月27日～6月7日に、直接または電話で、豊郷(運)(岩曾町)☎(660)2340へ
4 篠井(運) ワクワク子育て仲間づくり	5月22日、6月20日、7月23日、 8月28日、9月25日、10月30日。 午前10時～11時30分。 全6回	市内在住の乳幼児とその保護者 抽選30組	5月17日までに、直接または電話で、篠井(運)(下小池町)☎(669)2515へ
5 雀宮(運) ちゅんちゅん親子ふれあい広場	6月13日、7月11日、8月30日、 9月8日、10月17日、11月7日、 12月12日。午前10時～正午。 全7回	市内在住の未就学児とその保護者 9月8日は未就学児とその保護者2名 先着24組 材料費(実費)	5月7～24日に、直接またはファクス・Eメール(参加者全員の(運)・年齢・性別を明記)で、雀宮(運)(新富町)☎(654)1013、FAX(653)5646、☒u2225@city.utsunomiya.tochigi.jpへ
6 上河内(運) 子育て親育ち講座	5月29日、6月5・12・19・ 26日。午前10時～正午。 全5回	市内在住の満1歳以上の未就学児とその保護者 抽選30組	5月10日(必着)までに、直接またははがき(参加者全員の(運)・年齢・性別を明記)で、〒321-0414中里町181-3、上河内(運)☎(674)3131へ
7 河内(運) 子育て広場 ID 1012122	6月11日、7月9日、9月10日、 11月12日、12月10日。午前 10時～正午。全5回	市内在住の8カ月以上の乳幼児とその保護者 先着40組	5月14日から、直接または電話で、河内(運)(中岡本町)☎(671)3201へ

催し

上河内子育て応援
スペシャルデー2019

▼日時 5月17日(金)午前9時30分～正午と午後1時～2時30分。

▼会場 上河内(中里町)、上河内健康館(上田町)など。

▼内容 子育て中の親子が利用できる施設を楽しく見て回る体験型イベント。

▼対象 市内在住の未就園児とその保護者。

▼その他 会場やイベント内容など、詳しくは、市HPをご覧ください。

問 河内区 ☎(671)3205

お知らせ

宇都宮ジュニア未来議会
ジュニア議員を募集

▼期日 8月7日(水)。

▼会場 市議会議場。

▼内容 市政や議会の仕組みを学び、まちづくりに関する意見を述



べる。事前研修あり。

▼対象 市内在住か通学する13～18歳の人。

▼定員 抽選若干名。

▼その他 申し込み方法など、詳しくは、市HPをご覧ください。

問 子ども未来課 ☎(632)2944

フツ化物塗布を
実施します

▼日時 5月12・19日、6月16・23日、午前9時～11時30分と午後1時30分～3時30分。

▼会場 保健所(竹林町)。

▼対象 市内在住の満2歳～小学2年生。

▼費用 500円。

▼申込 受診票と費用をお持ちの上、直接、会場へ。保育園・幼稚園児、小学1・2年生には、園や学校を通して受診票を配布しました。また、受診票は子ども家庭課

(市役所2階)、保健と福祉の相談窓口(市役所1階)、市保健センター(ララスクエア宇都宮9階)・各區・団にも置いてあります(市HPからも取り出し可)。

▼その他 熱やせきなど、体調不良の場合は、フツ化物塗布を控えてください。

問 子ども家庭課 ☎(632)2388

姉妹都市オークランド市への
派遣中学生・高校生を募集

1007507

- ▼派遣期間・対象 ①7月25日～8月2日の9日間＝市内在住か通学する高校生。②8月18～25日の8日間＝市内在住か通学する中学2年生。
- ▼派遣先 ニュージーランドオークランド市。
- ▼内容 ホームステイや学校体験。
- ▼定員 ①10人②15人。
- ▼選考 書類・面接選考。
- ▼費用 ①約29万円②約25万円(渡航費用・交通費など)。渡航手続き費用などは含みません。
- ▼申込期限 5月13日(必着)。
- ▼申込方法 国際交流プラザ(うつのみや表参道スクエア5階)に置いてある申込書(市HPからも取り出し可)に必要事項を書き、市内に通学している場合は学校を通して、市内に通学していない場合は、直接または送付で、〒320-0026馬場通り4丁目1-1、国際交流プラザ ☎(616)1567へ。
- ▼その他 派遣先の状況などにより、事業を変更・中止する場合があります。

エスコージャフロ
メンバー募集

▼活動日時 日曜日(月2回程度)、午前9時～正午。

▼会場 中央(中央1丁目)他。

▼内容 サンバの楽器を使った演奏(ブラジリアンパーカッション)。

▼対象 小学5年生～高校3年生。

▼定員 10人程度。

▼費用 保険料(実費)。

▼その他 参加希望者は、5月12日または26日午前10時から、中央(区)で開催する体験会に参加してください。

問 エスコージャフロ事務局 ☎

青少年活動センター
トライボランティア募集

▼活動日 土・日曜日、祝日、長期休暇期間(夏・冬・春休み)など。

▼内容 子どもたちとの野外活動やイベントを一緒に盛り上げてくれるボランティアリーダーを募集。

▼対象 中学生以上の健康な人。

▼その他 第1回説明会を5月13日午後6時から行います。申し込み方法など、詳しくは、青少年活動センター ☎(663)3155へ。

(633)5515、うつのみやジャズ
のまち委員会(文化課内) ☎(632)
2767

6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 ID 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 ID 1004368

期 日	会 場	対 象
13日(木) 14日(金) 21日(金) 25日(火) 27日(木)	市保健センター。 無料駐車場はありません	平成29年 1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 ID 1004364 ID 1004365

健康診査名		1歳6カ月児	3歳児
対 象		平成29年11月生まれ	平成28年5月生まれ
会 場	市保健所	7日(金)	13日(木)
		20日(木)	27日(木)
	市保健センター	28日(金)	18日(火)
	平石区	12日(水)	14日(金)
	横川区	5日(水)	19日(水)
	城山区	14日(金)	6日(木)
	姿川区	4日(火)	26日(水)
	南図書館	21日(金)	7日(金)
	河内区	19日(水)	5日(水)
	上河内区	25日(火)	

▼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 ID 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)	5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31年3月生まれて 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31年3月生まれて 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31年3月生まれて 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31年2月生まれて 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20年5月生まれて 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30年12月生まれて 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5月生まれて 誕生日から	2
麻しん 風しん混合	1期 生後12カ月以上24カ月未満	平成30年5月生まれて 誕生日から	1
または 麻しんと 風しん(※5)	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25年4月2日～平成26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5月生まれて 誕生日から	3
	2期 9歳以上13歳未満 (9歳)	平成22年5月生まれて 誕生日から	1
	特例 平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれて、 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日生まれて、 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