

入園・入学直前

子育てパパ・ママ応援講座

ID 1016163

- ▼期日・内容 ①2月8日＝「乳幼児期に育てたいこと」と題した、土沢薫さん（宇都宮共和大学准教授）による講座②2月15日＝「入園・入学前、今の時期に大切なこと」と題した、五十嵐市郎さん（宇都宮大学教育学部附属幼稚園副園長）による講座③2月29日＝「ハッピー子育てこれ知ってりゃもう大丈夫」と題した、キャプテン・うっちゃるさん（歌う海賊団ッ！船長）による特別講座。全3回。ただし③のみの受講も可。



▲歌う海賊団ッ！船長
キャプテン・うっちゃるさん

- ▼時間 ①②午前10時～正午③午前10時30分～正午。
- ▼会場 北(運)。
- ▼対象 市内在住の未就学児の保護者。
- ▼定員 抽選15組。③のみの受講は、抽選30人。
- ▼申込期限 1月17日（必着）。
- ▼申込方法 直接またははがき・ファクス・Eメール（(運)・年齢を明記）で、〒320-0072若草3丁目12-25、北(運)☎(621)7745、FAX(622)7093、✉u47090004@city.utsunomiya.tochigi.jpへ。
- ▼その他 生後8カ月～未就学児の託児あり（③のみの受講者は託児は不可）。希望者は事前に申し込み（子どもの氏名・ふりがな・生年月日を明記）。

教室・講座

親子で
スキップ体操

- ▼日時 1月26日（日）午前10時～11時30分。
- ▼会場 青少年活動センター（今泉町）。
- ▼内容 楽しい体操をしながら、バランスの良い体を目指し、運動能力を高める。

青少年活動センターで
英検模擬試験体験

- ▼対象 市内在住の未就学児親子。
- ▼定員 先着15組。
- ▼費用 500円（参加費）。
- ▼申込開始 1月6日午後2時。
- ▼申込方法 電話で、青少年活動センター☎(663)3155へ。
- ▼期日 1月14・21日（火）。
- ▼時間 5級Ⅱ午後5時～6時。4級Ⅱ午後6時15分～7時15分。

- ▼3級Ⅱ午後7時30分～8時30分。
- ▼内容 実用英語技能検定の模擬テストの体験とワンポイントレッスン。
- ▼対象 市内在住か通学する小学4年生～高校生。
- ▼定員 各先着10人。
- ▼費用 1200円（教材費）。
- ▼申込開始 1月7日午後6時。
- ▼申込方法 電話で、青少年活動センター☎(663)3155へ。

補助輪を卒業しよう
宇都宮ブリッツェン
自転車教室

- ▼日時 1月25日（土）午後1時～3時。
- ▼会場 市サイクリングターミナル。
- ▼内容 柿沼章さん（サイクルスポーツマネージメント代表取締役）による自転車教室。
- ▼対象 自転車とヘルメットを持参できる5歳以上の子ども。
- ▼定員 抽選10人。
- ▼費用 1000円（参加費）。
- ▼申込期限 1月17日（必着）。
- ▼申込方法 往復はがきの往信に参加者全員の(運)・年齢・性別を、返信に代表者の郵便番号・住所・氏名を書き、〒321-0342福岡町10

- ▼74-1、市サイクリングターミナル☎(652)4497へ。

親子で市場体験
さつまいもの食べ比べと
簡単スイーツ作り

- ▼日時 1月18・25日（土）、午前9時30分～11時30分。
- ▼会場 中央卸売市場（築瀬町）。
- ▼内容 市場の青果棟見学、青果の模擬せり体験、簡単な調理実習。
- ▼対象 市内在住か通学する小学生とその保護者。
- ▼定員 各先着12組。
- ▼費用 1人500円（材料費など）。
- ▼申込開始 1月7日午前9時。
- ▼申込方法 電話で、中央卸売市場☎(637)6042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10・17日（金）、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。
- ▼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

教室・講座

ID 1004360

2月の
ママ・パパ学級



▼日時 ①2月2・22日②2月14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 1月5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 一人での受講も受け付けています。対象など、詳しくは、市HPをご覧ください。

ID 1013510

2月の
離乳食教室

1 豊郷区(岩曾町) 会場

▼期日 2月5日(水)。

▼申込先 保健と福祉の相談☎(632)

2941。

2 市保健センター会場

▼期日 2月17日(月)。

▼申込先 保健と福祉の相談☎(632)2941。

3 平石区(下平出町) 会場

▼期日 2月21日(金)。

▼申込先 平石区☎(661)2369。

▼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 1月6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。

歯の健康講座 親子で
歯みがきピカピカ教室
大切な乳歯を守ろう



▼日時 2月16日(日) 午前10時30分～正午。
▼会場 市保健センター。

▼内容 歯科医師による乳歯の虫歯予防に関する講話、歯科衛生士

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 1月10日(消印有効)。
▼申込方法 宇都宮スポーツナビ[HP] URL1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[〒]・学年・保護者の氏名、1年齢・希望するコース(第2希望まで) 3貸ラケットの有無を、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。



▲宇都宮スポーツナビ[HP] URL1

教室名	日時・会場	対象・定員・費用
1 親子deスポーツ教室(2・3月分)	2月3・10・17日、3月2・9・16・23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7・14・21・28日、3月6・13日 全6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2,800円 C・Dコース=各2,400円
2 鉄棒(逆上がり)教室 苦手意識を克服する	2月17・19・21日 午後5時30分～6時20分 全3回	小学生 抽選50人 1,200円
3 ジュニアバドミントン教室 ラケットの握り方、シャトル慣れから始める	2月18・25日、3月3・10・17・24日 午後5時～6時30分 全6回	小学4～6年生 抽選30人 2,400円
4 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18・25日、3月10・17・24日 午後5時30分～6時20分 全5回	小学生 抽選40人 2,000円

ママ・パパ
食育教室

▼日時 2月8日(土) 午前10時～11時30分。

▼会場 市保健センター。

▼申込方法 直接または電話で、市保健センター☎(627)6666へ。

による歯みがきの実演、虫歯菌検査と歯周病検査。歯科医師、歯科衛生士による相談会(希望者のみ)。
▼対象 0～1歳児とその保護者。
▼定員 先着40組。
▼申込開始 1月9日午前9時30分。

分。

新春まちぴあ あそび初め

- ▼日時 1月26日(日) 午前9時45分～午後1時。
 - ▼会場 まちづくりセンター「まちぴあ」(元今泉5丁目)。
 - ▼内容 餅つき・おはやし・竹馬・お手玉・拳玉・かるたなどの懐かしい昔遊びを通した3世代の交流イベント。プロによる和装着付け(事前予約制)。
 - ▼その他 来場の際には、公共交通をご利用ください。
- 📞まちぴあ ☎(661) 2778



- ▼内容 妊娠中に必要な栄養とバランスのとれた食生活、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。
- ▼対象 市内在住の妊娠9カ月(35週)までの妊婦とその夫。
- ▼定員 先着20組。
- ▼申込開始 1月5日午前9時30分。
- ▼申込方法 直接または電話で、市保健センター ☎(627) 6666へ。

催し

プロの声優による朗読会 音楽とおはなし小箱



- ▼日時 2月22日(土) 午後1時30分～3時。
- ▼会場 南図書館(雀宮町)。

冬遊びデイキャンプ in なす高原自然の家



- ▼日時 2月22日(土) 午前8時30分～午後5時。
- ▼集合場所 青少年活動センター(今泉町)。
- ▼内容 冬の自然の中でのハイキングや雪遊びなど。
- ▼対象 市内在住か通学する小学

生。

- ▼定員 先着40人。
- ▼費用 5000円(バス代・昼食代・保険代など)。
- ▼申込開始 1月22日午後2時。
- ▼申込方法 電話で、青少年活動センター ☎(663) 3155へ。

お知らせ

1022051 第2期子ども・子育て 支援事業計画に関する パブリックコメント

本市では、ニーズ調査の結果などを踏まえ、子育て世代が必要となるサービスを利用できる環境を一層充実・強化していくことを目的に、「第2期子ども・子育て支援事業計画」の策定を進めています。

皆さんの意見を計画に反映させるため、素案を公表し、意見を募集します。

- ▼公表・意見募集期間 1月10～31日。
- ▼公表方法 保育課(市役所2階)、行政情報センター(市役所1階)、市☎、各☒・☎・☎・市民活動センターで閲覧できます。
- ▼意見提出方法 直接または送付・ファクス・Eメール(意見・住所・

氏名・電話番号・年齢を明記)で、〒320-8540 市役所保育課 ☎(632) 2338 4、FAX(638) 8941、☎u330015 00@city.utsumomiya.tochigi.jpへ。

小児慢性特定疾病 医療受給者証の 更新手続きが始まります

小児慢性特定疾病医療受給者証の有効期限は3月31日です。4月以降も受給者証の交付を希望する場合は、更新の手続きをしてください。

- ▼更新期限 2月28日。
- ▼その他 該当する人には、昨年12月に案内を送付しています。
- ▼子ども家庭課 ☎(632) 2296

1月19日(第3日曜日)は 家庭の日

本市では、家庭における親と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。

今月の家庭の日は、ゆっくりとこたつの中で家族団らんのひとときを過ごしてみたいかがですか。この機会に家族の絆を深めましょう。

☎子ども未来課 ☎(632) 2944

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 ☎ 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。 ☎ 1004368

期 日	会 場	対 象
6日(木) 7日(金)	保健所	平成29年 9月生まれ
13日(木) 20日(木) 21日(金)	市保健センター。 無料駐車場はありません	

▼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くださいの上、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。 ☎ 1004364 ☎ 1004365

健康診査名	1歳6カ月児	3歳児	
対 象	平成30年7月生まれ	平成29年1月生まれ	
会 場	保健所	14日(金)	13日(木)
		28日(金)	21日(金)
	市保健センター	18日(火)	4日(火)
	平石区	26日(水)	7日(金)
	横川区	5日(水)	14日(金)
	城山区	7日(金)	26日(水)
	姿川区	21日(金)	27日(木)
	南図書館	20日(木)	19日(水)
	河内区	6日(木)	20日(木)
	上河内区		5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くださいの上、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 ☎ 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、保健予防課へ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)	令和元年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)	令和元年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)	令和元年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)	令和元年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21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)	令和元年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31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31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29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23年1月生まれで 誕生日から	1
	特例 平成19年4月1日までに生まれた人で、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