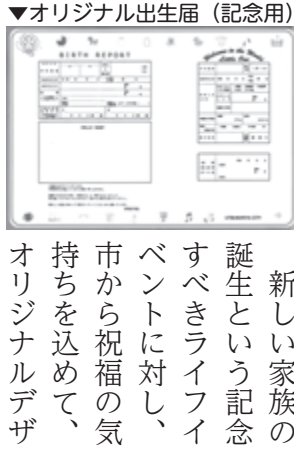


お知らせ

3月1日から配布開始
宇都宮市オリジナル出生届



▼オリジナル出生届（記念用）
新しい家族の誕生という記念すべきライフイベントに対し、市から祝福の気持ちを込めて、オリジナルデザインの出生届を配布します。市役所などに提出する「提出用」と、記念として手元に残せる「記念用」が複写式になっていますので、ご利用ください。

▼配布開始日 3月1日(日)。
▼配布場所 市内の出産ができる医療機関、市民課(市役所1階)、各区・田。
問 市民課 ☎(632) 2270

3月1〜7日は
子ども予防接種週間
予防接種に対する関心を高め、接種率の向上を図るため、期間中、協力医療機関で、通常の診療時間外に予防接種や予防接種の相談を行います。まだ接種していない予防接種があれば、この機会に接種

してくださいます。
なお、実施日や接種できるワクチンの種類は医療機関によって異なりますので、事前に各医療機関へお問い合わせください。
▼その他 協力医療機関など、詳しくは、市☎をご覧ください。
問 保健予防課 ☎(626) 1114

教室・講座

4月の
離乳食教室
1 平石区(下平出町) 会場
▼期日 4月17日(金)。

2 市保健センター(トナリエ宇都宮9階) 会場
▼期日 4月20日(月)。

▼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 3月5日。
■申込方法 電話で、1 平石区 ☎(661) 2369 2 保健と福祉の相談 ☎(632) 2941へ。

各種ジュニアスポーツ教室



▼教室名・日時・会場・対象など 下の表の通り。
▼会場 1〜4 ブレックスアリーナ宇都宮(元今泉5丁目・市体育館) 5 清原体育館(清原工業団地)。
▼申込期限 3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願書・113〜5学年(年中・年長) 2 年齢・保護者の氏名を、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。

教室名	日時・会場	対象・定員・費用
1 キッズスポーツ教室 マット・とび箱で基礎体力をアップする	4月6・13・20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
2 親子deリズム遊び(4・5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	4月6・13・20日、5月11・18・25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 4月10・17日、5月8・15・22・29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	令和2年度に2歳以上となる未就学児親子 各抽選30組 2,400円
3 ジュニアチアダンス with プレクシー プレクシーとポンポンを持って楽しく踊る	4月14・21・28日、5月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
4 キッズリズムダンス教室 リズムに合わせて楽しくダンス	4月14・21・28日、5月12・19日 午後3時40分〜4時30分 全5回	年中・年長 抽選45人 2,000円
5 速くなろう! かけっこ塾 かけっこの基礎を練習する	4月15・16・17日 午後5時30分〜6時20分 全3回	小学生 抽選50人 1,200円

▼その他 年間の日程は、市☎をご覧ください。

市スケートセンターで
五輪選手と滑る
スピードスケート教室

▼日時 3月21日(土)午後1時〜。
▼会場 市スケートセンター(城)

▼内容 齋藤仁美さん(五輪選手)によるスケート指導とデモンストラクション。

▼対象 スケート経験のある小学生から高校生(初心者参加不可)。

▼定員 先着50人。
▼費用 500円(参加費)。貸し靴

クイズコーナーの答え

表紙裏(目次)で出題したクイズの答えを発表するよ!

問題1の答え 3市スケートセンター

市スケートセンターは、冬季スケートリンクとして、5月15日まで開放しているよ。6～8月には、体育館としてバドミントンや卓球、バレーボールを楽しむことができる場所なんだ。スケートリンクは、高校生以下で市内に住んでいる人や市内の学校に通っている人は、学生証や宮っこの誓いカードを出すと、滑走料が無料になるよ。3月には、スピードスケート教室も行われるから、詳しくは、18ページを見てね。



問題2の答え 1大谷石

大谷石は、大谷地域で採れる軽くて加工のしやすい石なんだ。平成30年には、大谷石文化が日本遺産にも認定されたよ。また、東京オリンピック・パラリンピックのメインスタジアム「新国立競技場」でも、大谷石が使われているんだ。今月は、聖火リレーが宇都宮市で行われるから、みんなも応援しにきてね。詳しくは、2ページを確認してみよう。それに、大谷石の魅力を巡る解説付きのバスツアーも行われるから、詳しくは、33ページを見てね。



ID 1004360

4月のママパパ学級

日時 ①4月12・18日 ②4月21日、午前9時30分～11時30分
会場 市保健センター

を利用する場合、貸し靴料。
▼申込開始 3月2日午後1時。
▼申込方法 直接または電話で、市スケートセンター ☎(655) 6817へ。

▼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週～35週)の妊婦とその夫。初めて母親や父親になる人優先。
▼定員 ①各先着30組②先着15組。
▼申込開始 3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。

子育てサークルに参加してみませんか

子育てサークルは、未就学児とその保護者を対象に、子育て中の保護者が中心となり自主的に活動しているグループです。
☎子育てサロン中央 ☎(627) 0204

サークル名	主な活動曜日	主な対象地区	主な活動場所
ちゃりんこクラブ	木	陽東	陽東小子どもの家
横川ミッキークラブ	金	横川・平松	横川東小子どもの家
とまとクラブ	水	清原	清原中央小子どもの家
ひまわりクラブ	火	清原	清原中央小子どもの家
どんぐりクラブ	木	今泉	まちづくりセンター(まちぴあ)
びよびよクラブ(※1)	火	今泉・元今泉	東市民活動センター
ブルーミングクラブ	水	平石	平石(区)
いちごクラブ(※1)	金	御幸ヶ原・岩曾・泉が丘	御幸ヶ原小子どもの家
さくらんぼTWINS東クラブ(※2)	木	東部方面	御幸小子どもの家
エンゼルクラブ(※1)	火	戸祭・昭和・宝木	戸祭地域コミュニティセンター
リトルプークラブ(※1)	木	宮の原	宮の原小子どもの家
あおぞらクラブ	金	陽南	陽南小子どもの家
くじらクラブ	月	瑞穂野	瑞穂台小子どもの家
ひよこクラブ	木	姿川	姿川(区)
さくらんぼTWINS南クラブ(※2)	火	南部方面	姿川第一小子どもの家
くまさんキッズクラブ	火	国本	国本中央小子どもの家
おひさまクラブ	火	豊郷・河内	海道小子どもの家
さくらんぼTWINS北クラブ(※2)	木	北部方面	豊郷中央小子どもの家

※1 各クラブは現在、活動休止中ですが、利用については、子育てサロン中央にお問い合わせください。
※2 双子対象です。

▼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。
▼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 3月14日(土)午後1時～3時。
会場 森林公園(福岡町)駐車場。
▼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)

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子ども。
▼定員 抽選10人。
▼費用 1000円(参加費)。
▼申込期限 3月9日(必着)。
▼申込方法 往復はがきの往信に参加者全員の☎・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1074-1、市サイクリングチーム ☎(652) 4497へ。

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 3月6・13・20・27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）。
- ▼申込方法 当日、直接、会場へ。
- ▼問 茂原健康交流センター ☎（654）2815

春季クロール
短期水泳教室

- ▼日時 3月24～27・31日、4月1～3日。午後2時～3時30分。全8回。
- ▼会場 茂原健康交流センター。
- ▼対象 泳ぎが苦手な小学生。
- ▼定員 先着30人。
- ▼費用 施設利用料（実費）。
- ▼申込開始 3月7日午前8時30分。
- ▼申込方法 直接、茂原健康交流センター ☎（654）2815へ。

☎ 1004371

不妊治療を受ける夫婦を支援します

☎ 子ども家庭課 ☎（632）2296

- 1 特定不妊治療（体外受精・顕微授精）
 - ▼助成回数 初めて助成を受ける（受けた）際の治療開始時の妻の年齢が40歳未満＝通算6回、40歳以上43歳未満＝通算3回。43歳以上は助成対象外。
 - ▼申込期限 3月31日（平成31年4月1日～令和2年3月31日に終了した治療）。ただし、令和2年2月1日～3月31日に終了した治療は、6月1日まで受け付け可。
 - ▼助成額など 下の表の通り。

治療内容	初 回		2回目以降	
	治療金額	助成額	治療金額	助成額
新鮮胚移植など	45万円以上	45万円	45万円以上	30万円
	45万円未満	全額	15万円を超えた額の2分の1+15万円	15万円を超えた額の2分の1+15万円
			15万円以下	全額
以前凍結した胚を移植するなど	27万5,000円以上	17万5,000円	27万5,000円以上	17万5,000円
	7万5,000円を超えた27万5,000円未満	7万5,000円を超えた額の2分の1+7万5,000円	7万5,000円を超えた27万5,000円未満	7万5,000円を超えた額の2分の1+7万5,000円
			7万5,000円以下	全額

※特定不妊治療の過程の一環として、精子を精巣または精巣上体から採取するための手術を行った場合、原則、15万円まで加算。
※市税に滞納がある場合、助成額は変わることがあります。

- 2 人工授精治療
 - ▼助成期間・回数 通算2年間、年度内1回まで。
 - ▼助成額 1年度にかかった治療費の2分の1（最大3万2,000円）。
 - ▼申込期限 3月31日（平成31年4月1日～令和2年3月31日に終了した治療）。
 - ▼対象 市内に住所がある戸籍上の夫婦で、夫婦合算の所得が730万円未満。1 指定医療機関で受診した人 2 市税の滞納がない人。
 - ▼申込方法 必要書類をお持ちの上、直接、子ども家庭課（市役所2階）、保健と福祉の相談（市役所1階）、平石区・富屋区・姿川区・河内区へ。

青少年活動センターで
春休み
子ども応援プログラム

- 1 名前の書き方教室 自分の名前をきれいに書く練習をしよう
- ▼日時 3月22日（日）午前11時～正午。
- ▼対象 市内に通学する予定の小学生1年生親子。
- ▼定員 先着10組。
- ▼申込開始 3月4日午後2時。
- 2 夢に向かってチャレンジドリムマップを作ろう

- ▼日時 3月25日（水）午後2時～3時30分。
- ▼内容 25歳になった理想の自分を作る。
- ▼対象 市内在住か通学する小学生。
- ▼定員 先着15人。
- ▼申込開始 3月6日午後2時。
- 3 映画鑑賞
- ▼日時 3月26・27・30・31日、午前10時～正午と午後1時30分～3時30分。
- ▼対象 市内在住か通学する小学生。

- ▼定員 各先着30人。
- 4 春休み工作教室 オリジナルスクイズを作ってみよう
- ▼日時 3月30日（月）午後1時30分～3時。
- ▼対象 市内在住の小中学生。
- ▼定員 先着10人。
- ▼費用 800円（材料費）。
- ▼申込開始 3月9日午後2時。
- ▼会場 青少年活動センター（今泉町）。
- ▼申込方法 1 2 4 電話で、青少年活動センター ☎（663）3155へ。3 当日、直接、会場へ。

4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
3日(金) 7日(火) 10日(金) 16日(木) 17日(金)	市保健センター (トナリエ宇都宮9階) 無料駐車場はありません	平成29年 11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。 ☎ 1004364 ☎ 1004365

健康診査名	1歳6カ月児	3歳児	
対 象	平成30年9月生まれ	平成29年3月生まれ	
会 場	保健所	9日(木)	3日(金)
		23日(木)	17日(金)
	市保健センター	14日(火)	21日(火)
	平石区	24日(金)	16日(木)
	横川区	17日(金)	28日(火)
	城山区	22日(水)	14日(火)
	姿川区	8日(水)	24日(金)
	南図書館	21日(火)	15日(水)
河内区	15日(水)	22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 ☎ 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)	3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2年1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2年1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2年1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12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3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10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3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3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3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3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