

掲載情報は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響で内容が変更になる場合があります。最新情報などは、市ホームページや各問い合わせ先でご確認ください。

お家で楽しく気軽に

## エンジョイMiya運動をしよう!

ID 1008139

器具を使わずに誰でも楽しくできる、市オリジナルの運動です。ストレッチ、有酸素運動、筋力運動の3種類あり、それぞれ約30分の動画にまとめて公開しています。

また、53ページでは、免疫力を高める取り組みを紹介しています。家族みんなで、運動不足を解消しませんか。

健康増進課 ☎(626) 1126

気軽にエンジョイ Miya運動 ▶



宇都宮市代表電話 (市政情報コールセンター)

☎028(632) 2222

## 人のうごき

令和2年4月1日現在 (前月比)

■人口 総数 517,865人 (-945人)  
男 258,942人 (-549人)  
女 258,923人 (-396人)  
(転入 3,744人 転出 4,585人)  
出生 322人 死亡 426人

■世帯 227,564世帯(+393世帯)

政策審議室 ☎(632) 2124

## 目次

- 1 新型コロナウイルス感染症予防／支援制度・相談窓口
- 4 特集1 **キラリ輝く宮っこたち**
- 8 特集2 **自転車のまち 宇都宮**
- 12 特集3 **年間イベント**
- 14 特集4 **高齢者サービス**
- 16 インフォメーション **Information**
- 18 健康・福祉・国保・年金
- 22 子ども・子育て
- 26 出前講座
- 27 住まい・環境・安全・交通
- 30 暮らし
- 32 税・産業・雇用
- 35 文化・教養・スポーツ
- 39 市民芸術祭
- 40 施設の教室・講座
- 43 市民俳歌柳壇／外国人向けの情報
- 44 相談窓口
- 47 情報ひろば
- 48 施設のイベント
- 52 LRT
- 53 新型コロナウイルス感染症予防 免疫力を高めよう
- 54 **マンガ** **「雷都さんちの令和LIFE」**
- 55 読者の声
- 56 日程情報／カレンダー

## クイズコーナー

宇都宮にまつわるクイズを出題するよ。答えは31ページを見てね♪

### 問題1

市が認定した優れた技術・技能を持つ、ものづくりに携わる人を何という?

- 1 宮のつくりびと
- 2 宇都宮の達人
- 3 ミヤリスト
- 4 宮のものづくり達人

### 問題2

令和3年に開校予定の小学校の名前は?

- 1 みやの杜小学校
- 2 ゆいの杜小学校
- 3 ミヤリー小学校
- 4 令和小学校



## ページIDで広報紙の記事をもっと詳しく

広報うつのみやの記事の中にある7桁のページIDを、市ホームページのトップで入力すると、より詳しい情報や関連情報などを見ることができます。

インターネットを利用できる環境にある人は、パソコンやスマートフォンからぜひご活用ください。

広報広聴課 ☎(632) 2028



市ホームページ ページID例 ID 1000000

## 広報うつのみやを送付します

新聞をお取りになっていない市内の世帯には、広報うつのみやを無料で送付します。

いつでもどこでも **ウェブ登録が便利です** ID 1020869

申し込みフォームでいつでもどこでも、簡単に送付の申し込みができます。右下のQRコードを読み込んでご利用ください。住所変更、送付の停止の登録手続きもできます。

電話での申し込みを希望する場合は、広報広聴課 ☎(632) 2028へお問い合わせください。



申し込みフォーム