

## 補助輪を卒業しよう 宇都宮ブリッテン自転車教室

▼日時 7月17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)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 1,000円(参加費)▼申込期限 7月9日(必着)▼申込方法 往復はがきの往信に参加者全員の願書を、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、市サイクリングターミナル ☎(652)4497へ。

## 社会を明るくする運動 青少年非行・被害防止の全国強調月間 ⑩ 1024779

▼7月は社会を明るくする運動全国強調月間 本市では、犯罪や非行の防止と、罪を犯した人たちの更生について理解を深め、犯罪や非行のない明るい社会を築くため、作文コンテストの実施や啓発活動など地域の理解促進に取り組んでいます▼7月は青少年の非行・被害防止全国強調月間 本市では、青少年の非行・被害防止のため、インターネット利用に係る子どもの性被害の防止などの啓発活動を実施しています。☎保健福祉総務課 ☎(632)2919、青少年自立支援センター「ふらっぴ」 ☎(635)5834

## 北宇都宮駐屯地(宇都宮飛行場)ヘリコプター夜間飛行訓練

▼期日 7月1・5～8・12～15・19～21・26～29日。時刻は午後9時頃までを予定。天候などにより実施日・時刻の変更あり▼その他 飛行場周辺(宇都宮市内)でのドローン、ラジコン飛行機などの飛行は、航空法により禁止されています。☎陸上自衛隊北宇都宮駐屯地 ☎(658)2151

## 不動産取得税の納税通知書を送付します

▼対象 令和2年中に家屋を新築、増築または改築により取得した人▼納期限 7月30日▼納税方法 最寄りの金融機関などで納付▼その他 納税通知書は7月8日に発送を予定しています。☎宇都宮県税事務所 ☎(626)3014

## 市保健センター(トナリエ宇都宮9階) 食育情報コーナー ⑩ 1004752

▼日時 休館日(水曜日・祝休日・年末年始)を除く毎日、午前9時～午後5時。入館は午後4時30分まで▼内容 7月は「子どものおやつ・おとなのおやつ」をテーマに、食習慣のヒント、パネル展示、レシピの配布など。☎市保健センター ☎(627)6666

## 放送大学令和3年度 10月生募集

放送大学には、心理学・福祉・経済・歴史・文学など、約300の幅広い授業科目があり、テレビやインターネットで好きな時に受講することができます。募集要項や出願期間など、詳しくは、放送大学栃木学習センター ☎(632)0572へ。

## 食生活改善推進員・健康づくり推進員養成講座 ⑩ 1004457

▼日時 8月3・10・17・24日、12月7日。午前10時～午後4時。全5回▼会場 保健所(竹林町)▼対象 講座終了後に、お住まいの地域で推進員としてボランティア活動ができる人▼定員 先着15人▼費用 食材費(実費)▼申込期限 7月16日▼申込方法 直接または電話で、健康増進課(保健所内) ☎(626)1126へ▼その他 本講座の他、お住まいの地域で健康づくり活動の体験があります。

## 県央産業技術専門学校などで障がい者向け職業訓練

▼訓練期間 8月17日～10月15日▼訓練科 パソコン・CAD基礎科▼対象 精神・身体障がい者▼申込期限 7月15日▼その他 申込方法など、詳しくは、県央産業技術専門学校 ☎(689)6374へ。

## 献血にご協力ください 7月は愛の血液助け合い運動

■400ml献血 ▼年齢 男性17～69歳、女性18～69歳▼体重 男女とも50kg以上。■成分献血 ▼年齢 血しょう＝18～69歳、血小板＝男性18～69歳、女性18～54歳▼体重 男性45kg以上、女性40kg以上。■その他 65歳以上の献血は、60～64歳までに献血の経験がある人に限ります。詳しくは、県赤十字血液センター ☎URL2へ。☎保健所総務課 ☎(626)1104

## 天文台で土星、夏の星座、夏の大三角などを観察しよう

▼日時 8月7・14日(土)、午後7時～8時30分▼会場 田原中学校(下田原町)▼その他 申込方法など、詳しくは、星の子会 ☎URL3をご覧ください。Eメールで、星の子会 ☎hoshinokokai@gmail.comへ。☎田原中学校 ☎(672)0008

## 梵天の湯(今里町)でうつつのみや民話の集い ⑩ 1017615

▼日時 7月17日(土)午後1時30分～2時30分▼内容 宇都宮伝統文化連絡協議会の所属会員による、地域に伝わる説話や昔話などの民話語り。☎文化課 ☎(632)2768

## 労働保険(労災保険・雇用保険)の年度更新はお済みですか

労働保険の年度更新期限は7月12日です。年度更新は、栃木県労働局または栃木労働基準監督署へ郵送か電子申請で申請してください。☎年度更新コールセンター ☎0800(555)6780

## 音訳ボランティアによる対面朗読サービス

▼日時 日曜日と7月10・22～24日を除く毎日、午前9時～午後4時▼会場 市総合福祉センター(中央1丁目)▼対象 視覚に障がいのある人など▼申込期限 朗読希望日10日前▼申込方法 電話で、市社協ボランティアセンター ☎(636)1285へ。

## 図書館の郵送貸出(送料無料)のご利用を

▼対象 市内在住の視覚障がい・肢体不自由(1～6級)、要支援・要介護認定の人▼申込方法 直接または電話で、中央図書館(明保野町) ☎(636)0231へ▼その他 障がい者手帳番号などの登録が必要です。

## 毎月10日はフリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」

▼日時 7月10日(土)午前8時～11日(日)午前8時(24時間)▼内容 死にたい・死のうと思っている人などの自殺予防相談▼フリーダイヤル ☎0120(783)556。☎栃木いのちの電話事務局長 ☎(622)7970、保健予防課 ☎(626)1114

## 自死遺族支援わかちあいの会「こもれび」 ⑩ 1004481

▼日時 7月17・24日(土)、午後2時～4時▼会場 とちぎ福祉プラザ(若草1丁目)▼対象 家族や身近な人を自死によって亡くされた人▼費用 1回200円(当日受付)。☎栃木いのちの電話事務局 ☎(622)7970、保健予防課 ☎(626)1114

## 宇都宮精神保健福祉会「やしお会」 ⑩ 1004486

1個別相談会 ▼日時 7月14日、8月4・19日。午前10時～正午。2茶話会 ▼日時 8月4日(水)、9月2日(木)。午前10時～正午▼内容 会員同士の交流。3定例会 ▼日時 7月14日(水)午後1時30分～3時30分▼内容 話し合いながら、精神障がいについて学ぶ。■会場 保健所(竹林町)。■申込方法 電話で、保健予防課 ☎(626)1114へ。

## 「断酒屋例会(酒害相談)」に参加しませんか ⑩ 1023297

▼日時 7月16日(金)午後1時～3時▼会場 市保健センター(トナリエ宇都宮9階)▼対象 お酒で悩んでいる人や家族▼その他 毎週、各区で断酒屋例会を行っています。会場など、詳しくは、市 ☎をご覧ください。保健予防課 ☎(626)1114へ。