



教室・講座

シニア向け

No.	タイトル・ID・内容	日時・会場	対象・定員・費用	申込など
1	ライフプラン支援講座「ライフプランの必要性・豊かなシニアライフを送るために」 キャリアコンサルタントによる講座と個別相談	▼2月14日(水)午前10時～正午 ▼市総合福祉センター(中央1丁目)	▼市内在住か通勤するおおむね50歳以上の人 ▼先着10人	▼直接または電話、ファクス・Eメール(☎・年齢を明記)で、みやシニア活動センター☎(632)2368、FAX(639)8575、✉miyasenior@city.utsunomiya.tochigi.jpへ
2	いきいき健康バスケットボール教室 ID 1003865	▼2月21日(水)午前10時～正午 ▼ブレックスアリーナ宇都宮(元今泉5丁目・市体育館)	▼市内在住の65歳以上で、運動に支障のない人 ▼抽選30人	▼2月6～8日に、高齢福祉課(市役所2階)、各区・地域包括支援センターに置いてある申込用紙(市HP)からも取り出し可)に必要事項を書き、電話またはファクスで、栃木ブレックス☎(611)1512、FAX(612)6736へ ▼「高齢者等地域活動支援ポイント事業」の対象事業です ☎高齢福祉課(632)2358
3	ロングライフ支援講座「知っておきたい薬の知識」 かかりつけの薬剤師・薬局の活用のメリットや生活習慣病などに関する薬について説明	▼2月21日(水)午前10時30分～11時30分 ▼東図書館(中今泉3丁目)	▼先着20人	▼2月2日午後2時から、電話で、東図書館☎(638)5614へ
4	ライフプラン支援講座「シニア世代のコミュニケーション」 キャリアコンサルタントによる講座と個別相談	▼2月24日(土)午前10時～正午 ▼市総合福祉センター	▼市内在住か通勤するおおむね50歳以上の人 ▼先着10人	▼直接または電話、ファクス・Eメール(☎・年齢を明記)で、みやシニア活動センター☎(632)2368、FAX(639)8575、✉miyasenior@city.utsunomiya.tochigi.jpへ
5	やってみよう!腰痛・膝痛予防体操 ラジオ体操のワンポイントアドバイスと簡単にできる腰痛・膝痛予防のための健康体操	▼3月2日(土)午後1時～1時30分 ▼市保健センター(トナリエ宇都宮9階)	▼市内在住の65歳以上の人。要支援要介護認定を受けていない人。市保健センター運動事業に始めて参加する人優先 ▼先着18人	▼2月4日午前9時30分から、直接または電話で、市保健センター☎(627)6666へ
6	介護予防講演会 人生100年時代の予防とケア ながしまとある 永島徹さん(風の詩理理事長・ソーシャルワーカー)による「人生100年時代の予防とケア」と題した講話	▼3月12日(火)午前10時30分～午後0時30分 ▼南図書館(雀宮町)	▼市内在住のおおむね65歳以上の人または介護予防に関心のある人 ▼先着150人	▼2月29日までに、市HPの申し込みフォームに必要事項を入力するか、直接または電話、ファクスで、高齢福祉課☎(632)2358、FAX(632)3040へ

文化・教育
スポーツ
教室・講座
催し

一般向け

各地区市民センター

7	緑化講習会 ID 1015080 ①少しずつ春の足音が近づいてくるようなほのぼのした寄せ植え作り②春の花を見るバラの剪定講座	▼①2月19日(月)②2月23日(金・祝)、午前10時～正午 ▼①平石区(下平出町)②横川区(屋板町)	▼市内在住か通勤通学者 ▼各先着30人 ▼①2,000円(材料費)	▼2月5日から①2月15日②2月19日までに、電話で、景観みどり課☎(632)2597へ
8	伝統文化講座「ふくべ細工の絵付け」 ID 1020748 栃木県とかんぴょうについての講話とふくべ細工の絵付け体験	▼2月29日(木)午前9時30分～正午 ▼城山区(大谷町)	▼市内在住者 ▼抽選20人 ▼1人1,500円(材料費)	▼2月13日(必着)までに、はがきに、「宇都宮の伝統文化講座 ふくべ細工」と明記し、参加希望者全員の住所・氏名・電話番号(代表者は氏名の前に○を付ける)を書き、〒320-8540 宇都宮伝統文化連絡協議会(文化課内)へ ▼応募は1グループにつき2人まで ☎宇都宮伝統文化連絡協議会☎(632)2768

市保健センター(トナリエ宇都宮9階)

9	赤ちゃんとプレママパパとのふれあい体験 ID 1004051 助産師による講話、出産を体験した人との交流など	▼2月17日(土)午前10時～正午	▼妊婦とその夫 ▼先着5組	▼2月5日午前10時から、電話で、子育てサロン中央☎(627)0204へ
10	健康づくり栄養教室「カラダよろこぶおうちごはん」 ID 1020988 管理栄養士による講話と調理実習	▼3月1日(金)午前10時～午後1時	▼市内在住のおおむね30～74歳の人 ▼先着20人 ▼600円程度(食材費)	▼2月8日午前9時30分から、市HPの申し込みフォームに必要事項を入力するか、直接または電話で、市保健センター☎(627)6666へ



教室・講座



一般向け

市保健センター（トナリエ宇都宮 9階）

No	タイトル・ID・内容	日時・会場	対象・定員・費用	申込など
11	女性の健康力アップ講演会 ID 1015615 武見ゆかりさん（女子栄養大学教授）による「人生100年時代女性の健康づくり ライフコースアップローチの観点からの栄養・食生活」と題した講話	▼3月2日（土）午前10時～正午	▼市内在住か通勤通学者 ▼先着80人	▼2月3日午後1時30分から、市HPの申し込みフォームに必要事項を入力するか、直接または電話で、市保健センター☎（627）6666へ
12	頸動脈エコー検査 ID 1015615	▼3月2日（土）午後1時～4時	▼市内在住の30～59歳の女性 ▼先着30人	▼2月4日から、市HPの申し込みフォームに必要事項を入力 ☎市保健センター☎（627）6666
13	気楽セッション 鍼灸の相談・体験	▼3月2日（土）午後1時～4時	▼市内在住者 ▼先着14人	▼2月3日午前9時30分から、直接または電話で、市保健センター☎（627）6666へ
14	3月のママパパ学級 ID 1004360 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	▼3月9・17・26日、午前10時～11時30分	▼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優先 ▼各先着25組	▼2月5日午前9時30分から、電話で、市保健センター☎（627）6666へ ▼1人での受講も可

茂原健康交流センター（茂原町）

15	やさしいヨガ教室 ストレス解消し心と体をリラックス	▼2月22・29日（木）、午前10時20分～11時50分	▼各先着30人 ▼施設利用料と100円（参加費）	☎茂原健康交流センター☎（654）2815
16	らくらくフィットネス教室 ストレッチや筋力トレーニングなどの簡単なエクササイズ	▼2月22・29日（木）、午後0時15分～1時15分	▼各先着30人 ▼施設利用料と100円（参加費）	
17	陳式太極拳教室 血流を良くし体内バランスを理想的に保つ効果	▼2月22・29日（木）、午後1時30分～2時30分	▼各先着30人 ▼施設利用料と100円（参加費）	
18	筋力向上体操教室 椅子に座ったままできる体操	▼2月27日（火）午前10時20分～11時20分	▼各先着30人 ▼施設利用料と100円（参加費）	
19	ズンパ教室 ラテンの音楽に合わせて楽しくエクササイズ	▼2月27日（火）午前11時30分～午後0時20分	▼先着30人 ▼施設利用料と100円（参加費）	
20	フラダンス教室 手足の基本動作などの基礎編	▼2月27日（火）午後2時～3時	▼各先着30人 ▼施設利用料と100円（参加費）	
21	竹はり画教室 竹を生かして工芸品を作る	▼2月27日（火）午後1時30～3時30分	▼先着20人 ▼施設利用料と材料費自己負担	
22	社交ダンス教室 ①初心者②経験者	▼2月28日（水）①午前10時10分～11時 ②午前11時10分～正午	▼各先着男女17人 ▼施設利用料と100円（参加費）	
23	ベリーダンス教室 体に優しく無理のない動きで美しさを表現	▼2月28日（水）午後0時30分～1時30分	▼各先着30人 ▼施設利用料と100円（参加費）	

スポーツ施設

24	清原エアロビクス 有酸素運動とストレッチ体操でシェイプアップ	▼2月1・8・15・22・29日、午前11時～正午 ▼清原体育館（清原工業団地）	▼16歳以上の人 ▼各600円（参加費）	▼開始時間の20分前から、直接、会場へ ☎市スポーツ振興財団☎（663）1611
25	エンジョイトレーニング トレーナーと一緒に有酸素運動や筋力アップ運動	▼2月1・8・22・29日、午後1時30分～3時 ▼ブレックスアリーナ宇都宮（元今泉5丁目・市体育館）	▼16歳以上の人 ▼各500円（参加費）	
26	雀宮エアロビクス	▼2月2・9・16日、午前11時～正午 ▼雀宮体育館（南町）	▼16歳以上の人 ▼各600円（参加費）	
27	ズンパ ラテンミュージックを中心に世界中のダンスリズムに合わせて楽しくエクササイズ	▼2月2・9・16日、午後1時30分～2時30分 ▼ブレックスアリーナ宇都宮（市体育館）	▼16歳以上の人 ▼各600円（参加費）	

教室・講座

No.	タイトル・ID・内容	日時・会場	対象・定員・費用	申込など
28	エアロビクス	▼2月6・13・20・27日、午前10時～11時 ▼ブレックスアリーナ宇都宮(市体育館)	▼16歳以上の人 ▼各600円(参加費)	
29	いきいきスポーツ倶楽部 ストレッチやウォーキング運動で健康づくり	▼2月6・13・20・27日、午後1時30分～3時 ▼ブレックスアリーナ宇都宮(市体育館)	▼16歳以上の人 ▼各500円(参加費)	
30	ダンスエクササイズ(ラテンエアロビクス) ラテンの音楽と動きを取り入れた有酸素運動	▼2月6・13・20・27日、午後7時30分～8時30分 ▼ブレックスアリーナ宇都宮(市体育館)	▼16歳以上の人 ▼各600円(参加費)	▼開始時間の20分前から、直接、会場へ ☎市スポーツ振興財団☎(663)1611
31	清原ズンバ	▼2月7・14・21・28日、午前11時～正午 ▼清原体育館	▼16歳以上の人 ▼各600円(参加費)	
32	スポーツ健康体力相談 スポーツアドバイザーが、個人の目的に合ったトレーニングメニューを提供	▼3月5・19日(火)、午後1時30分～3時 ▼ブレックスアリーナ宇都宮(市体育館)	▼16歳以上の人 ▼各先着10人 ▼各600円(参加費)	▼2月5日午前9時から、電話で、市スポーツ振興財団☎(663)1611へ
33	基礎を学ぶヨガ教室 ヨガの動きを正しく基本から学ぶ講座	▼3月6・13・27日、①午前9時30分～10時30分②午前10時45分～11時45分。全3回 ▼市スケートセンター(城南3丁目)	▼19歳以上の女性。ただし、妊娠中の人は参加できません ▼先着12人 ▼各2,400円(参加費)	
34	ボディメイクダンス ダンス未経験者でも大丈夫。楽しく身体づくりをしたい人にお薦め	▼3月7・21日(木)、午前10時～11時。全2回 ▼市スケートセンター	▼19歳以上の女性。ただし、妊娠中の人は参加できません ▼先着15人 ▼各2,000円(参加費)	▼2月5日午後1時から、直接または電話で、市スケートセンター☎(655)6817へ
35	フラ教室 初めてのフラダンス。楽しく学びましょう	▼3月8・15・22日、午前11時15分～午後0時15分。全3回 ▼市スケートセンター	▼19歳以上の女性。ただし、妊娠中の人は参加できません ▼先着12人 ▼各2,400円(参加費)	

教室・講座
催し

生涯学習センター

36	きらきらセミナー ID 1033539 「音楽と映像のマリアージュ」と題して、映画と音楽の関係を紐解く	▼2月28日(水)午前10時～正午 ▼平石(運)(下平出町)	▼市内在住か通勤通学する18歳以上の人 ▼先着20人	▼2月5日から、直接または電話、Eメール(☎・年齢を明記)で、平石(運)☎(660)1964、✉u2215@city.utsunomiya.tochigi.jpへ ▼託児あり(先着5人)
----	---	-----------------------------------	-------------------------------	--

図書館・視聴覚ライブラリー

37	県立博物館移動講座 「近世下野國の水運について」 陸路と水路との結節点であった下野の物流はどのようなものであったのか、河川水運を中心にその実態を紹介	▼2月10日(土)午前10時～11時30分 ▼南図書館(雀宮町)	▼先着30人	▼No.37は2月4日、No.38は2月6日、午後2時から、電話で、南図書館☎(653)7609へ
38	おはなしボランティア養成講座 南図書館でおはなし会をするボランティアの養成講座	▼①2月16日②3月1日、午後1時30分～3時30分。③3月8日④3月15日、午前10時～正午。全4回 ▼南図書館	▼講座終了後、南図書館でおはなしボランティアとして活動できる人 ▼先着15人	
39	アナウンサーが伝授! ニュースをつくってみよう 飯島誠さん(とちぎテレビアナウンサー)によるワークショップ	▼2月23日(金・祝)午後1時30分～3時 ▼東図書館(中今泉3丁目)	▼中学生以上 ▼先着30人	▼2月11日午前9時30分から、図書館(☎)の申し込みフォームに必要事項を入力 ☎東図書館☎(638)5614
40	やさしいくずし字を「竹取物語」でよむ(今は昔竹取の翁といふものありけり……) 中央図書館古文書担当職員による、くずし字で書かれた「竹取物語」を分かりやすく解説	▼①2月26日(月)②3月5日(火)、午後1時30分～3時 ▼中央図書館(明保野町)	▼①②の両日参加できる人 ▼先着30人	▼2月12日から、直接または電話で、中央図書館☎(636)0231へ



教室・講座

一般向け



▲市SDGs人づくりプラットフォーム(HP)



▲宮っこ子育てアプリ



▲トライ東(HP)



▲市スケートセンター(HP)



▲宇都宮スポーツプラザ(HP)

その他の施設

No.	タイトル・ID・内容	日時・会場	対象・定員・費用	申込など
41	就職セミナー ID 1026779 ①キャリアプラン②適性・職業選択③応募書類・面接対策	▼2月20日(火)①午後1時30分～3時30分②午前10時～正午③2月27日(火)午後1時30分～3時30分。 ▼東市民活動センター(中今泉3丁目)	▼市内在住か通勤者または市内への就職を希望する人 ▼各先着24人	▼2月5日午前10時から、電話で、商工振興課☎(632)2446へ
42	「うつのみやSDGsアワード2023」受賞者フォーラム ID 1022566 受賞事業者のSDGs達成に向けた具体的な取組事例を学ぼう	▼2月22日(木)午後3時～5時(「うつのみやSDGsアワード2023」表彰式終了後) ▼市役所14大会議室	▼市内在住か通勤通学者 ▼先着100人	▼2月15日(消印有効)までに、市SDGs人づくりプラットフォーム(HP)の申し込みフォームに必要な事項を入力するか、各[区]・[団]・[運]に置いてある申込用紙に必要な事項を書き、送付またはEメール・ファクスで、〒320-8540市SDGs人づくりプラットフォーム運営本部事務局(環境創造課内)✉miya-sdgs@city.utsunomiya.tochigi.jp、FAX632-3316へ ☎環境創造課☎(632)2409
43	働く人のためのストレスマネジメントセミナー ID 1028906 ストレスの解決法を考える	▼2月27日(火)午前10時～正午 ▼東市民活動センター(中今泉3丁目)	▼おおむね65歳以下で、市内在住か通勤者または市内への就職を希望する人 ▼先着24人	▼2月5日午前10時から、電話で、商工振興課☎(632)2446へ
44	うつのみや文化の森自然観察会「里山の野鳥を観察しよう」	▼3月2日(土)午前9時～正午。雨天中止 ▼うつのみや文化の森「森のアトリエ」(長岡町)集合	▼抽選40人。小学生以下は保護者同伴 ▼1人50円(保険料)	▼2月16日(必着)までに、往復はがきの往信に参加者全員の[印]・年齢を、返信に代表者の郵便番号・住所・氏名を書き、〒320-0004長岡町1077、宇都宮美術館「自然観察会」係へ ▼1組に付き5人まで ▼結果は、当落に関わらず、全員に通知します ☎宇都宮美術館☎(643)0100
45	プチ起業立ち上げ連続講座 ①プチ起業の勘どころを押さえよう ②先輩の体験談から基本を学ぼう ③ビジネスプランを考えてみよう	▼①3月5日②3月12日③3月19日、午後7時～9時 ▼まちづくりセンター「まちびあ」(元今泉5丁目)	▼小さな起業を模索している人や新たにNPO活動を始めたい人など ▼先着10人程度	▼2月4日から、直接または電話、Eメールで、まちびあ☎(661)2778、✉info@u-machipia.orgへ
46	腎臓病予防講座 ID 1002839 おくだこうすけ 奥田康輔さん(医師)による「CKD(慢性腎臓病)予防のための生活習慣」と題した講話とおおむらちえん 管理栄養士 による「腎臓病を予防しよう 食事のポイント」と題した講話	▼3月9日(土)午後1時30分～4時 ▼東市民活動センター	▼市内在住者 ▼先着100人	▼2月5日から、市(HP)の申し込みフォームに必要な事項を入力するか、電話で、健康増進課☎(626)1126へ
47	児童虐待防止講演会 おおたけまさとし 大竹智さん(立正大学教授)による「子どもまんなか社会の実現に向けて」と題した講話	▼3月11日(月)午後6時30分～8時 ▼市役所14大会議室	▼市内在住か通勤通学者 ▼先着100人	▼2月29日までに、電話またはEメール(印)・氏名・連絡先を明記)で、子ども支援課☎(632)2750、✉u33001000@city.utsunomiya.tochigi.jpへ

子ども

市保健センター(トナリエ宇都宮9階)

48	赤ちゃんスキスキ広場 ID 1004051 タッチケア・助産師による講話、出産を控えている人との交流など	▼2月17日(土)午前10時～正午	▼生後3～5カ月児とその保護者 ▼先着10組	▼2月5日午前10時から、電話で、子育てサロン中央☎(627)0204へ
49	赤ちゃんパパママカラダ塾 ID 1026635 親子で楽しめる体を使った遊び、パパママのための簡単エクササイズ	▼2月18日(日)午前10時30分～11時30分	▼市内在住のお座りができる生後6カ月～1歳程度の子どもの保護者 ▼先着10組	▼2月4日午前9時30分から、直接または電話で、市保健センター☎(627)6666へ
50	親子で歯みがきピカピカ教室 ID 1022492 歯科医師による乳歯ケアと家族の口腔ケアに関する講話、歯科衛生士による歯みがき指導、むし菌菌の検査	▼2月25日(日)午前10時30分～正午	▼市内在住の1歳6カ月までの子どもとその保護者 ▼先着15組	

教室・講座

No.	タイトル・ID・内容	日時・会場	対象・定員・費用	申込など
51	ベビーダンス教室 ID 1015615 抱っこ紐の正しい使い方のレクチャー、寝かしつけに役立つ簡単ダンス	▼3月2日(土)午後1時30分～2時30分	▼市内在住の首の据わった3カ月～1歳6カ月程度の子どもの保護者 ▼先着10組	▼2月3日午前9時30分から、市庁の申し込みフォームに必要事項を入力するか、直接または電話で、市保健センター☎(627) 6666へ
52	3月の離乳食教室 ID 1013510 栄養士などによる離乳食(初期)の進め方や、生活リズムなどの講話	▼①3月12日(火)②3月22日(金)、午前10時～11時	▼市内在住で、これから離乳食を始める、受講時生後4～6カ月の乳児とその保護者。第1子の人を優先 ▼先着20組	▼2月5日午前9時から①3月7日②3月17日までに、宮っこ子育てアプリをダウンロードし、必要事項を入力。アプリから申し込みできない人は、電話で、子ども支援課☎(632) 2388へ

青少年活動センター「トライ東」(今泉町)

53	産後セルフケア体験会2月クラス バランスボールを使った産後の骨盤にやさしい有酸素運動、コミュニケーションワーク、日常にすぐ生かせるセルフケアを実習する	▼2月22日(木)午前10時～11時30分	▼市内在住の令和5年8月22日～12月22日に出産した女性と赤ちゃん ▼先着10組 ▼1,000円(参加費)	▼2月2日午後2時から、電話で、トライ東☎(663) 3155へ
----	--	-----------------------	--	----------------------------------

スポーツ施設

54	初めてのキッズ・ヒップホップ 初めてヒップホップを習う子ども向け。楽しく踊ろう	▼3月4・18日(月)、午後4時30分～5時30分。全2回 ▼市スケートセンター(城南3丁目)	▼小学1～3年生 ▼先着15人 ▼2,000円(参加費)	▼2月5日午後1時から、直接または電話で、市スケートセンター☎(655) 6817へ
55	第3回子どもたちの体力向上をサポート!ジュニア運動能力アップ マット、とび箱、鉄棒を使用した運動を行う	▼3月6・11・13日、午後5時30分～6時20分。全3回 ▼プレックスアリーナ宇都宮(元今泉5丁目・市体育館)	▼小学生 ▼抽選40人 ▼1,500円(参加費)	▼2月10日までに、宇都宮スポーツナビHPの申し込みフォームに必要事項を入力 ▼定員に満たない場合は、申込期限の翌日から、電話で申し込み可 ☎市スポーツ振興財団☎(663) 1611

その他の施設

56	うつのみや遺跡の広場「親子で挑戦 野鳥の巣箱を作ろう」 ID 1033760 のこぎりや金づちを使って板から巣箱を作る	▼2月25日(日)午前9時～11時30分 ▼うつのみや遺跡の広場(上欠町)	▼市内在住の小・中学生とその保護者 ▼先着20人 ▼1セット800円(材料費)	▼2月3～10日の午後1時～4時に、電話で、うつのみや遺跡の広場☎(659) 0193へ
----	---	--	---	--

催し

一般向け

市保健センター(トナリエ宇都宮9階)

57	食育情報コーナー ID 1004752 2月は「食事で免疫力アップ」をテーマにパネル展示、パンフレットやレシピの配布など	▼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	-	☎市保健センター☎(627) 6666
----	--	--	---	---------------------

青少年活動センター「トライ東」(今泉町)

58	トライエンジョイスぺース杯 トライピック開催! ミニゲームに挑戦し、みんなで競って賞品をゲット。2月のお題「制限時間内に、豆はいくつとれるかな?お箸を使って取ってみよう!」	▼2月25日までの、月～土曜日=午前10時～午後8時、日曜日・祝休日=午前10時～午後3時30分	▼市内在住か通勤通学する35歳未満の人	▼参加には、登録証の作成が必要 ▼期間中何度でも参加可。ただし、1日1回まで ☎トライ東☎(663) 3155
59	トライ東開放デー アリーナ・トレーニング室・テニスコート・音楽室を無料開放	▼2月23日(金・祝)午前9時～午後4時 ▼体育館=卓球(3台)・バドミントン(2面)・バスケ(半面)・トレーニング室。テニス=テニスコート。本館=音楽室	▼市内在住か通勤通学者 ▼各コート・各面45分無料貸し出し(用具の貸し出しあり)	▼トレーニング室のみ、中学生以上の貸し出し可 ☎トライ東☎(663) 3155
60	トライ東防災デー 2024 防災について考えよう! 「防災」というテーマについて、自分たちが出来ることは何かを体験して考える	▼3月17日(日)午前10時～午後0時30分	▼市内在住か通勤通学者	☎トライ東☎(663) 3155



催し



▲図書館
HP



▲八幡山公園
HP

一般向け

図書館・視聴覚ライブラリー

No.	タイトル・ID・内容	日時・会場	対象・定員・費用	申込など
61	手作り絵本の会ポコ・ア・ポコ40周年記念展示会 世界にたった1つしかない、ポコ・ア・ポコ会員による手作り絵本の展示会	▼①2月2～7日②2月17～21日③2月23～29日、午前10時～午後4時（休館日を除く）。各会場最終日は午後3時30分まで ▼①東図書館（中今泉3丁目）②中央図書館（明保野町）③南図書館（雀宮町）	-	☎中央図書館 ☎(636) 0231
62	日本映画劇場 「椎内莞学び座ソーランの歌が聞こえる」	▼2月16日(金)午前10時～、2月17日(土)午後2時～ ▼東図書館	▼各先着50人	☎視聴覚ライブラリー ☎(638) 5704
63	20世紀名画座 「四十二番街」	▼2月16日(金)午後2時～、2月17日(土)午前10時～ ▼東図書館	▼各先着50人	
64	南図書館名作映画会 若草物語	▼2月18日(日)午後2時～3時45分 ▼南図書館	▼先着300人	☎南図書館 ☎(653) 7609
65	スタジオミニシアター 「風と共に去りぬ」	▼2月24日(土)午後1時～ ▼東図書館	▼先着30人	☎視聴覚ライブラリー ☎(638) 5704

八幡山公園（埴田5丁目）

66	八幡山公園 写真・絵画展 ID 1005755	▼3月20日まで、午前9時～午後4時30分	-	
67	アニマルの日 ID 1005755 ペットの飼い方相談とウサギの抱っこ体験	▼2月20日(火)午前11時～正午と午後2時～3時	-	☎八幡山公園 ☎(624) 0642

その他の施設

68	まちなか展覧会「写真展」	▼2月3日まで、午後1時～4時 ▼オリオンスクエア	-	☎オリオンスクエア管理事務所 ☎(634) 1722
69	上河内民俗資料館「雛人形展」 ID 1016964 市内に所在する江戸時代後期から現代までのひな人形、約30点を展示	▼2月3日～3月10日 ▼上河内民俗資料館（中里町）	-	☎上河内民俗資料館 ☎(674) 3480
70	まちなかマルシェ 手作り雑貨などの販売	▼2月6日(火)正午～午後5時 ▼オリオンスクエア	-	☎オリオンスクエア管理事務所 ☎(634) 1722
71	旧篠原家住宅 ひな人形の特別公開 ID 1015620 旧篠原家住宅に伝わる、明治末期や昭和初期のひな人形の展示	▼2月6日～3月3日（休館日を除く）、午前9時～午後5時（入館は午後4時30分まで） ▼旧篠原家住宅（今泉1丁目）	▼一般＝100円、小中学生＝50円（入館料）。ただし、市内在住か通学する高校生以下は無料	☎文化課 ☎(632) 2766、旧篠原家住宅 ☎(624) 2200
72	うんめ～べ朝市 ID 1014347 水産物や水産加工品、菓子・乾物、野菜・果物などの販売	▼2月10日(土)午前8時～10時 ▼中央卸売市場（築瀬町）	-	☎関連卸商協同組合 ☎(637) 6811、中央卸売市場 ☎(637) 6042
73	月釜（お茶会） ID 1007432 流派＝裏千家	▼2月11日(日・祝)午前11時～午後3時 ▼清明館（宇都宮城址公園内）	▼茶券1枚500円	▼電話で、宇都宮茶華道協会 ☎(648) 0780へ ☎文化課 ☎(632) 2763
74	とびやま歴史体験館 第31回企画展「宇都宮の成立を探るⅦ 宇都宮藩から宇都宮県へそして栃木県」 ID 1007425 ①幕末から栃木県成立までの宇都宮のまの動向について紹介する企画展②大嶽浩良さん（市文化財保護審議委員会委員長）による「日光県、宇都宮県、栃木県の成立」と題した講演会	▼①2月11日～3月20日②3月2日午後1時30分～3時30分 ▼とびやま歴史体験館（竹下町）	▼②先着80人	▼2月10日午前9時から、直接または電話で、とびやま歴史体験館 ☎(667) 9400へ ☎文化課 ☎(632) 2768

催し

No.	タイトル・ID・内容	日時・会場	対象・定員・費用	申込など
75	文星女子・文芸芸高作品展 油彩・水彩・立体作品の展示	▼2月14～19日 ▼市民ギャラリー（馬場通り4丁目・うつのみや表参道スクエア5階）	-	☎うつのみや妖精ミュージアム☎(616) 1573
76	民話の集い ID 1016953 宇都宮伝統文化連絡協議会に所属する会員が地域に伝わる説話や昔話などの民話を語る	▼2月17日(土)午後1時30分～2時30分 ▼梵天の湯（今里町）	-	☎宇都宮伝統文化連絡協議会（文化課内）☎(632) 2768
77	鶴田沼緑地 野鳥観察会 ID 1005688 冬の里山の散策と野鳥の観察を通して季節の移り変わりを実感する	▼2月18日(日)午前9時～正午。雨天時は、現地で開催可否を決定 ▼鶴田沼自然の家（鶴田町）集合	▼先着20人 ▼200円（保険料など）	▼2月5日から、電話で、グリーントラストうつのみや事務局（景観みどり課内）☎(632) 2559へ
78	清明台2階を特別開放 ID 1007296	▼2月18日(日)午前11時～午後2時。雨天中止 ▼宇都宮城址公園	-	☎公園管理課☎(632) 2989
79	手打ちうどん・こんにやく作りにチャレンジ	▼2月18日(日)午前9時～午後1時 ▼篠井農産加工所（篠井区内）	▼市内在住者。中学生以下は保護者同伴 ▼抽選20人。最少催行人数10人 ▼1人1,000円（材料費）。3歳以下は無料	▼2月9日（必着）までに、往復はがきの往信に、参加者全員の氏名・費用区分を、返信に代表者の郵便番号・住所・氏名・連絡先を書き、〒321-2105下小池町466-1、篠井農産加工所へ ☎篠井農産加工所☎080(9050) 2515
80	みそ作りに挑戦しよう！ 仕込んだみそ10kgを持ち帰り、自宅で約1年間熟成させる	▼2月20～22日、午前9時～午後1時 ▼篠井農産加工所（篠井区内）	▼市内在住の18歳以上の人 ▼抽選35人。最少催行人数15人 ▼1人5,000円（材料費）	
81	あなたの声を市政に まちづくり懇談会 本市のまちづくりなどについて、市民の皆さんと市長が地域の課題を中心に意見交換	▼2月26日(月)午後6時30分～ ▼昭和小学校（戸祭元町）	-	▼2歳以上の未就学児の託児あり。希望者は、2月16日までに、電話で、広報広聴課☎(632) 2025へ
82	旧篠原家住宅 つるし雛の展示 ID 1015620 「和雑貨うぶかた」の受講生による展示。手作りのつるし雛など、和の彩りを感じる作品の展示を行います	▼2月21日～3月1日（休館日を除く）、午前9時～午後5時（入館は午後4時30分まで） ▼旧篠原家住宅	▼一般＝100円、小中学生＝50円（入館料）。ただし、市内在住か通学する高校生以下は無料	☎文化課☎(632) 2766、旧篠原家住宅☎(624) 2200
83	旧篠原家住宅 やよいのつどい ID 1015620 城山西小学校児童による琴の演奏、富屋小学校児童による民話の語り、リコーダーとギターによるアンサンブル	▼3月2日(土)午前10時～正午 ▼旧篠原家住宅	▼一般＝100円、小中学生＝50円（入館料）。ただし、市内在住か通学する高校生以下は無料	
84	井村君江名誉館長によるギャラリートーク 妖精や文学に関するお話	▼3月2日(土)午後1時～2時 ▼うつのみや妖精ミュージアム（うつのみや表参道スクエア5階）	▼先着15人	▼2月26日午後3時から、電話で、うつのみや妖精ミュージアム☎(616) 1573へ
85	「石山の歌」上映会 うつのみやシティガイド協会企画 昭和30年、大谷の石工たちの暮らしを描いた記録映画	▼3月4日(月)午前10時～11時30分 ▼大谷コネクト（旧大谷公会堂）	▼抽選50人	▼2月13日（必着）までに、往復はがきの往信に、催し名・参加者全員の氏名・年齢を、返信に代表者の郵便番号・住所・氏名・電話番号を書き、〒320-0051上戸祭町3053-43、うつのみやシティガイド協会へ ▼応募は1グループ1通限り5人まで ☎うつのみやシティガイド協会☎090(2538) 2625
86	大谷石を巡るバスツアー 大谷石研究会と大谷石建築物などを巡る	▼3月9日(土)午前9時～午後4時 ▼市役所 集合・解散	▼市内在住か通勤通学者。小学生以下は保護者同伴 ▼抽選22人 ▼昼食は実費	▼2月14日（必着）までに、市HPの申し込みフォームに必要な事項を入力するか、往復はがきの往信に参加者全員の氏名・年齢を、返信に代表者の郵便番号・住所・氏名を書き、〒320-8540市役所景観みどり課へ ▼応募は1グループ1通限り4人まで ☎景観みどり☎(632) 2558
87	海道小北樹林地「ジャガイモの植付けから収穫までを通し、里山の循環型農業を体験しよう」 ID 1005688	▼①植え付け＝3月9日②追肥＝4月27日③収穫＝7月13日。午前9時～正午。雨天時は、現地で開催可否を決定 ▼海道小北樹林地駐車場（海道町）集合	▼全日程に参加できる人優先 ▼先着7組 ▼300円（保険料など）	▼2月5日から、電話で、グリーントラストうつのみや事務局（景観みどり課内）☎(632) 2559へ

教室・講座
催し



催し

一般向け



▲ゆうあいひろば
事前予約サイト



▲トライ東
HP



▲図書館
HP



▲八幡山公園
HP



▲宇都宮
競輪場HP

その他の施設

No.	タイトル・ID・内容	日時・会場	対象・定員・費用	申込など
88	応急手当講習会（普通救命講習） ID 1003342 心肺蘇生法、AED（自動体外式除細動器）使用法を学ぶ	▼3月10日（日）午前9時～11時 ▼南消防署（宮の内1丁目）	▼市内在住か通勤通学者 ▼先着30人	▼2月5日午前8時30分から、市HPの市電子申請 共通システムに必要事項を入力 ☎警防課 ☎(625) 3008

子ども

児童施設

89	紙コップでおどるペンギンを作ろう	▼2月7日まで、午前10時30分～午後4時30分 ▼田原児童館（上田原町）	▼先着20人	☎田原児童館 ☎(672) 4001
90	豆まき	▼2月2日（金）午前10時30分～正午 ▼あそぼの家（今泉町）	▼未就園児とその保護者 ▼先着10組	☎あそぼの家 ☎(663) 3245
91	カップケーキペンホルダー	▼2月6～10日、午前10時30分～午後4時30分 ▼岡本児童館（下岡本町）	▼先着25人	☎岡本児童館 ☎(673) 2006
92	よみきかせ会	▼2月6・20・26日、午前11時～11時30分 ▼ゆうあいひろば（馬場通り4丁目・うつのみや表参道スクエア6階）	▼ゆうあいひろば利用者	☎ゆうあいひろば ☎(616) 1570
93	ダンボールクラフトでチョコレートを作ろう	▼2月7～14日、午前10時30分～午後4時30分 ▼白沢児童館（白沢町）	▼先着20人	☎白沢児童館 ☎(671) 0404
94	チョコレート工作	▼2月8日（木）・9日（金）、午後2時～4時 ▼あそぼの家	▼小学生・幼児とその保護者 ▼各先着10人	☎あそぼの家 ☎(663) 3245
95	おやこリトミック	▼2月14日（水）午前10時～10時30分 ▼ゆうあいひろば	▼1歳以上の親子 ▼先着20組	▼ゆうあいひろば事前予約サイトに必要事項を入力 ☎ゆうあいひろば ☎(616) 1570
96	くるくるカイトを作ろう	▼2月15～22日、午前10時30分～午後4時30分 ▼白沢児童館	▼先着20人	☎白沢児童館 ☎(671) 0404
97	読み聞かせ	▼2月16日（金）・26日（月）、午前11時30分～正午 ▼あそぼの家	▼未就園児とその保護者	☎あそぼの家 ☎(663) 3245
98	ストーンペインティング	▼2月20～29日、午前10時30分～午後4時30分 ▼岡本児童館	▼先着25人	☎岡本児童館 ☎(673) 2006
99	おもちゃクリニック	▼2月21日（水）・22日（木）、午前10時～正午 ▼ゆうあいひろば	▼ゆうあいひろば利用者 ▼各先着2組	▼ゆうあいひろば事前予約サイトに必要事項を入力 ☎ゆうあいひろば ☎(616) 1570
100	みんなで遊ぼう	▼2月25日（日）午前10時30分～11時30分 ▼田原児童館	▼小学生 ▼先着15人	☎田原児童館 ☎(672) 4001
101	親子リトミック	▼2月28日（水）午前10時30分～11時30分 ▼岡本児童館	▼1歳以上の未就園児とその保護者 ▼先着12組	▼2月7日午前10時から、電話で、岡本児童館 ☎(673) 2006へ
102	工作つくってあそぼう「ストローひこうきをつくらう」	▼2月29日（木）午後2時30分～4時 ▼ゆうあいひろば	▼ゆうあいひろば利用者 ▼先着10組	☎ゆうあいひろば ☎(616) 1570
103	ベビーケア	▼3月1日（金）午前10時30分～11時30分 ▼白沢児童館	▼首が据わった0歳児とその保護者 ▼先着10組	▼2月6日午前10時から、直接または電話で、白沢児童館 ☎(671) 0404へ
104	あそぼうまつり「魔法学校であそぼう」	▼3月9日（土）午前10時～正午 ▼田原児童館	▼3歳以上・未就学児は保護者同伴 ▼先着25人	▼2月10日午前10時から、電話で、田原児童館 ☎(672) 4001へ

催し

青少年活動センター「トライ東」(今泉町)

No.	タイトル・ID・内容	日時・会場	対象・定員・費用	申込など
105	みんなで楽しく学習!遊び!みんなの居場所トライスタディールーム 学校の宿題・テスト勉強、学習したいワークを持参。高校生・大学生や大人のお兄さん・お姉さんがそばにいてくれます	▼2月6・7・13・14・20・21・27・28日、午後4時~6時	▼市内在住か通学する小・中学生	☎トライ東 ☎(663) 3155

図書館・視聴覚ライブラリー

106	アニメ映画会 「アニメ三銃士 パリの三銃士」 「草原の子テングリ」	▼2月18日(日) ①午前10時30分~②午後1時30分~ ▼東図書館(中今泉3丁目)	▼先着50人	☎視聴覚ライブラリー ☎(638) 5704
107	かみかわち図書館まつり しおり作りやゆずを使った小物作り、バルーンアート、キッチンカーの出店など	▼3月3日(日) 午前9時30分~正午 ▼上河内図書館(中里町)	-	☎上河内図書館 ☎(674) 1123

八幡山公園(埴田5丁目)

108	フアファ(エア遊具)で遊ぼう ID 1005755	▼毎週土・日曜日、祝休日。午前10時~午後4時	▼3歳~小学4年生	☎八幡山公園 ☎(624) 0642
109	乗馬体験 ID 1005755 ポニーの背中に乗って庭を一周する	▼毎週土・日曜日、祝休日。午前11時~正午と午後1時~2時	▼3歳以上の未就学児 ▼1回200円(参加費)	

その他の施設

110	うつのみやKEIRINファミリー体験型イベント ID 1031625 子ども向けダンス体験会	▼2月18日(日) 午前11時~正午と午後1時30分~2時30分 ▼宇都宮競輪場(東戸祭1丁目)	▼小学生以下の子ども ▼先着40人	▼市☎または宇都宮競輪場☎の申し込みフォームに必要事項を入力 ☎公営事業所 ☎(625) 0100
111	絵本の読み語り会 ボランティア団体おしゃべり妖精の会の皆さんによる絵本の読み語り	▼2月24日(土) 午後3時~3時30分 ▼うつのみや妖精ミュージアム(うつのみや表参道スクエア5階)	-	☎うつのみや妖精ミュージアム ☎(616) 1573

市役所1階 市民ホール(2月)

■1日まで

▼うつのみや百景パネル展 ☎景観みどり課 ☎(632) 2558

■2日

▼わく・わくショップU冬の特別販売会 ☎障がい福祉課 ☎(632) 2229

■5~8日

▼「ふれあいのある家庭づくり」作品コンクール巡回放映
☎子ども政策課 ☎(632) 2944

■5~9日

▼介護予防事業に関するパネル展 ☎高齢福祉課 ☎(632) 2356

▼情報セキュリティに係る周知啓発 ☎デジタル政策課 ☎(632) 2786

■14・15日

▼宇都宮共同高等産業技術学校作品展示会 ☎商工振興課 ☎(632) 2444

■19~22日

▼チチハル市友好都市提携40周年記念展示 ☎多文化共生推進課 ☎(616) 1567

▼みやエコ推進活動パネル展示 ☎環境創造課 ☎(632) 2409

■26日~3月1日

▼税の百人一首展示・税に関する絵はがき展示 ☎税制課 ☎(632) 2204

▼荒井退造に関する史料展示 ☎教育企画課 ☎(632) 2704

▼旧篠原家住宅パネル展 ☎文化課 ☎(632) 2766

■その他 最終日は早めに終了する場合があります。