



# うつのみやの イベント

子ども・親子向けの「教室・講座・イベント」は  
4～8ページ夏のイベントをご覧ください。

## 学ぼう！市内の教室・講座



### ビジネス

NO.	タイトル・内容 (市HPのID)	日時・会場など
1	ビジネス支援講座 栃木県中小企業診断士会×東図書館「独立しても副業でも活用できる～FPについて学ぶ」 図書館HP	日7月27日(土)午前10時～11時30分 会東図書館 定先着30人 申7月6日午前9時30分から、図書館HPで 商東図書館 ☎(638)5614
2	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	日7月30日(火)①午前10時～正午②午後1時30分～3時30分③7月31日(水)午前10時～正午 会東市民活動センター 申市内在住か通勤者または市内への就職を希望する人 定先着24人 申7月3日から、市HPで 商商工振興課 ☎(632)2446
3	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	日7月31日(水)午後1時30分～3時30分 会東市民活動センター 申おおむね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 定先着24人 申7月3日から、市HPで 商商工振興課 ☎(632)2446



### 健康・スポーツ

NO.	タイトル・内容 (市HPのID)	日時・会場など
1	まちびあオープンデー「くすりのリスクを学ぼう」 日ごろからなじみのある常備薬など、身近な薬について改めて学び、上手な薬との付き合い方を考える	日7月22日(月)午後1時30分～3時 会まちづくりセンター「まちびあ」 定先着15人 申7月21日までに、電話で 商まちびあ ☎(661)2778
2	健康づくりボランティア養成講座 ID 1004457 ¥ 食生活改善推進員・健康づくり推進員になるには講座の受講が必要	日8月1・8・22・29日、午前10時～午後4時 会市保健センター 申健康づくりに関心があり、実際にお住まいの地域で食生活改善推進員・健康づくり推進員としてボランティア活動ができる人 定先着25人 申7月19日までに、電話または市HPで 商健康増進課 ☎(626)1126
3	健康づくり栄養教室 カラダよここぶおうちごはん ID 1020988 ¥ 管理栄養士による講話と調理実習	日8月20日(火)午前10時～午後1時 会市保健センター 申市内在住のおおむね30～74歳以下の人 定先着20人 申7月5日午前9時30分から、市HPまたは電話で 商市保健センター ☎(627)6666
4	働き世代の講座 ID 1025438 講話から心の回復力を学ぼう	日8月23・30日(金)、午後7時～9時。全2回 会東(運) 申市内在住か通勤する18歳以上 定先着20人 申7月26日までに、直接またはEメールで 商東(運) ☎(638)5782



### 文化・教養

NO.	タイトル・内容 (市HPのID)	日時・会場など
1	犯罪被害者講演会「被害者遺族の声(仮)」 7月9～12日に同会場パネル展を開催予定	日7月12日(金)午前10時30分～(午前10時～受け付け開始) 会南図書館 定先着40人 申事前予約は不要です。 商生活安心課 ☎(632)2135
2	きらきらセミナー「大切なものシリーズ」 ID 1036020 ¥ 薬膳で元気の土台を整えよう	日7月17日(水)午前10時～11時30分 会平石(運) 申市内在住か通勤する18歳以上の人。先着5人の無料の託児あり 定先着20人 申7月3日午前9時から、直接または電話、Eメールで 商平石(運) ☎(660)1964
3	上河内民俗資料館「夏休み昔遊び体験」 ID 1036294 お手玉、拳玉、射的などの体験	日7月20日～8月31日 会上河内民俗資料館 申市内在住者 申団体の場合のみ、事前に電話で 商上河内民俗資料館 ☎(674)3480、文化都市推進課 ☎(632)2768



▲市文化協会(HP)



▲図書館(HP)

▲市(HP)  
「イベントカレンダー」

市内で開催されるイベントを紹介します。  
費用や申込方法など、最新のイベント情報は、市<sup>ライン</sup>や市公式LINEからご覧ください。

凡例 日=日時、会=会場、対=対象、定=定員、申=申込開始・期限、問=問い合わせ、区=地区市民センター、出=出張所、運=生涯学習センター、有=有料

4	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	日7月20日(土)午後1時30分～2時30分 会 梵天の湯 問 宇都宮伝統文化連絡協議会(文化都市推進課内) ☎(632)2768
5	緑化講習会 ID 1015080 有 ①夏の花とカラーリーフ②ハイドロカルチャー観葉植物の寄せ植え	日①7月21日(日)②7月24日(水)、午前10時～正午 会①姿川(区)②横川(区) 対 市内在住か通勤通学者 定 各先着30人 申 7月3日から①17日②19日までに、電話で 問 景観みどり課 ☎(632)2597
6	上河内民俗資料館講座 小麦まんじゅう作り ID 1017073 有 盆行事の風習である小麦まんじゅうを作る	日7月27日(土)午前9時30分～正午 会 上河内(区) 対 市内在住の小・中学生とその保護者 定 先着6組 申 7月3日午前9時から、電話で 問 上河内民俗資料館 ☎(674)3480、文化都市推進課 ☎(632)2768
7	宇都宮ずいひつのか 文芸講演会 図書館(HP) 「家」の物語 大河ドラマ「光る君へ」をめぐって	日7月28日(日)午後1時～3時 会 中央図書館 対 市内在住者 定 先着70人 申 7月4日午前9時30分から、直接または電話で 問 中央図書館 ☎(636)0231
8	出張市場講座 ID 1036030 旬のカボチャを使った調理実習と試食	日8月3日(土)①午前10時～正午②午後1時30分～3時30分 会 平石(区) 対 市内在住か通勤通学者 定 各先着8組。1組2人まで 申 7月4日午前10時から、中央卸売市場(HP)から 問 中央卸売市場 ☎(637)6045
9	お盆を迎えるための郷土料理講座 ID 1017072 有 釜のふたまんじゅう、お盆の料理、かんぴょうの料理などの実習	日8月4日(日)午前10時～午後1時 会 平石(区) 対 市内在住者 定 抽選16人 申 7月16日(必着)までに、はがきで。応募は1グループ1通2人まで 問 宇都宮伝統文化連絡協議会(文化都市推進課内) ☎(632)2768
10	女性の就労促進セミナー「子育て中の女性必見!お仕事を始める前に知っておきたいこと」 ID 1029603 再就職に必要な情報の提供や就職活動の進め方、家庭での家事育児分担についてワークを通じて考える	日8月9日(金)午前10時～正午 会 男女共同参画推進センター「アコール」 対 市内在住の女性 定 先着30人 申 8月6日までに、市(HP)で。1歳～未就学児対象の無料の託児あり。利用者は8月2日までに申し込み 問 アコール ☎(636)4075
11	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	日8月11日(日・祝)午前9時～11時 会 中央消防署 対 市内在住か通勤通学者 定 先着30人 申 7月8日午前8時30分から、市(HP)で 問 警防課 ☎(625)3008
12	ミドル世代を楽しく ID 1036139 ①人生100年時代のライフプラン②ミドル世代の健康ライフ③金融リテラシー 豊かな未来のために	日①8月23日②8月30日③9月6日。午後7時～8時30分。全3回 会 中央(運) 対 市内在住か通勤通学者。主に40・50代の人 定 抽選30人 申 8月7日までに、直接または電話、市(HP)・はがき・ファクス・Eメールで 問 人材かがやきセンター ☎(632)6332



## 子ども・子育て

1	生きづらさを抱える若者の就労講座「ハローワークの専門援助を活用した就労支援について」 ID 1035795	日7月25日(木)午後2時～4時 会 中央(運) 対 自立に困難を抱える若者とその家族 定 先着30人 申 7月1日から、電話で 問 青少年自立支援センター ☎(635)5834
2	青年期の発達障がいやその傾向にある若者のための講座&ミニ相談会 ID 1035795	日7月28日(日)午前10時～正午 会 中央(運) 対 自立に困難を抱える若者とその家族 定 先着30人 申 7月1日から、電話で 問 青少年自立支援センター ☎(635)5834
3	8月のママパパ学級 ID 1004360	日①8月4日(日)②8月24日(土)、午前9時45分～11時30分 会 市保健センター 対 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。1人での受講も可 定 先着30組 申 7月5日午前9時30分から①7月30日②8月19日までに、宮っこ子育てアプリで。アプリから申し込みできない人は、電話で、市保健センター ☎(627)6666へ 問 子ども支援課 ☎(632)2664
4	ママパパ食育教室 ID 1021268 妊娠中の食事のポイント、赤ちゃんを迎える家族のための食事アドバイスなどの栄養士の講話	日8月17日(土)午前10時～11時30分 会 市保健センター 対 市内在住の妊娠9カ月(35週)までの妊婦とその夫 定 先着30組 申 7月5日～8月12日までに、宮っこ子育てアプリで 問 市保健センター ☎(627)6666



# 行ってみよう！市内の催し




開催月	タイトル・内容 (市HPのID)	日時・会場など
7月	食育情報コーナー <b>ID 1004752</b> 7月は「間食の取り方を見直そう」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時から午後5時。入館は午後4時30分まで 会市保健センター 南市保健センター ☎(627)6666
	「宇都宮の戦中・戦後」写真パネル展 宇都宮市内の戦中戦後を写した白黒写真の展示	7月7日～8月15日 会南図書館 南図書館 ☎(653)7609
	うんめ～べ朝市 <b>ID 1014347</b> 水産物や水産加工品、菓子・乾物、野菜・果物などの販売	7月13日(土)午前8時～10時 会中央卸売市場 南関連卸商協同組合 ☎(637)6811、中央卸売市場 ☎(637)6045
	「夏」のスタッフおすすめ本 <b>図書館HP</b> 南図書館スタッフが薦める、夏に読みたい本の展示	7月15～28日 会南図書館 南図書館 ☎(653)7609
	日本映画劇場「マライの虎」 <b>図書館HP</b>	7月19日(金)午前10時～と7月20日(土)午後2時～ 会東図書館 各先着50人 申当日、上映開始30分前から、整理券を配付 南視聴覚ライブラリー ☎(638)5704
	20世紀名画座「太平洋作戦」 <b>図書館HP</b>	7月19日(金)午後2時～と7月20日(土)午前10時～ 会東図書館 各先着50人 申当日、上映開始30分前から、整理券を配付 南視聴覚ライブラリー ☎(638)5704
	落語会 <b>図書館HP</b> 視覚障がい者観賞用音源作成落語会	7月20日(土)午後2時～4時15分 会中央図書館 先着80人 南中央図書館 ☎(636)0231
	手打ちうどん・小麦まんじゅう・しそジュース作り <b>ID 1026887</b> ¥	7月21日(日)午前9時～午後1時 会篠井農産加工所 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 申7月12日(必着)までに、往復はがきで 南篠井農産加工所 ☎080(9050)2515、観光MICE推進課 ☎(632)2437
	アニメ映画会「ねぎぼうずのあさたらう」 <b>図書館HP</b> ①くノ一の隠れ里②人情渡し舟	7月21日(日)①午前10時30分～②午後2時～ 会東図書館 各先着50人 申当日、上映開始30分前から、整理券を配付 南視聴覚ライブラリー ☎(638)5704
	清明台 <small>てんせい</small> 櫓2階を特別開放 <b>ID 1007296</b>	7月21日(日)午前11時～午後2時(雨天中止) 会宇都宮城址公園 南公園管理課 ☎(632)2989
	ほしぞら映画会 <b>図書館HP</b> ①大きなかぶ②楽しいムーミン一家 魔法の帽子③シートン動物記 タラク山の熊王	7月27日(土)午後7時～ 会東図書館 先着50人 南視聴覚ライブラリー ☎(638)5704
	夏休み点字・本の録音体験と読書バリアフリー資料展 <b>図書館HP</b> 点字を書き込んだオリジナルしおりの作成や本の録音体験、バリアフリー資料の展示	7月30日(火)。資料展=午前10時～午後4時、点字・本の録音体験=午後2時～4時 会中央図書館 市内在住者 南中央図書館 ☎(636)0231
	あなたの声を市政に まちづくり懇談会 <b>ID 1035769</b> ①西地区②泉が丘地区	①7月31日(水)午後6時30分～②8月9日(金)午後7時～ 会①西地域コミュニティセンター②泉が丘地域コミュニティセンター 申2歳以上の未就学児の託児あり。希望者は、①7月16日②7月25日までに、電話で 南広報広聴課 ☎(632)2025
8月	名作映画会「紙屋悦子のせいしゅん」	8月25日(日)午後2時～3時51分 会南図書館 南図書館 ☎(653)7609
文化探訪「磐梯山 <small>ばんていさん</small> の噴火とサルバドール・ダリ 天才の秘密」 <b>ID 1035531</b> ¥	8月31日(土)午前7時30分～午後6時(予定) 会磐梯山噴火記念館・諸橋近代美術館(福島県) 抽選40人 申7月30日までに、市文化協会(HP)または往復はがきで 南市文化協会(文化都市推進課内) ☎(632)2746	

# 市内施設のイベントはこちらからご覧ください

## 茂原健康交流センター

一般 子ども  
●健康・スポーツ  
●文化・教養



## ゆうあいひろば

子ども  
●子ども・子育て  
●イベント



## 道の駅うつのみやろまんちっく村

一般 子ども  
●イベント



## 妖精ミュージアム

一般 子ども  
●文化・教養




## トライ東

一般 子ども  
●健康・スポーツ  
●文化・教養




## あそぼの家

子ども  
●子ども・子育て  
●イベント




## 八幡山公園

子ども  
●子ども・子育て  
●イベント



## 宇都宮スポーツナビ

一般 子ども  
●健康・スポーツ



## 岡本児童館・白沢児童館・田原児童館

子ども  
●文化・教養  
●子ども・子育て ●イベント






## 環境学習センター

一般 子ども  
●文化・教養




## 市文化会館

一般  
●文化・教養  
●イベント



## 下田原運動場

一般 子ども  
●健康・スポーツ



## オリオンスクエア

一般 子ども  
●イベント




## 宇都宮美術館

一般 子ども  
●文化・教養  
●イベント



## 市スケートセンター

一般 子ども  
●健康・スポーツ



## 市役所1階 市民ホール(7月)

- 1～4日
  - ▼更生保護パネル展示 問保健福祉総務課 ☎(632) 2919
  - ▼百人一首普及啓発パネル展示 問文化都市推進課 ☎(632) 2763
- 5日
  - ▼わく・わくショップU夏の特別販売会 問障がい福祉課 ☎(632) 2228
- 8～12日
  - ▼平和啓発パネル展 問男女共同参画課 ☎(632) 2343
- 16～19日
  - ▼宇都宮の獅子舞パネル展 問文化都市推進課 ☎(632) 2766
  - ▼宇都宮ボランティア協会活動紹介 問保健福祉総務課 ☎(632) 2930
  - ▼総合治水・雨水対策オープンハウス 問河川課 ☎(632) 2690
- 22～26日
  - ▼令和6年度優良建設工事に関する展示 問検査室 ☎(632) 2489
- 29日～8月2日
  - ▼ふるさと宮まつりポスター原画展 問観光MICE推進課 ☎(632) 2456
  - ▼うつのみや花火大会歴代ポスター展示 問観光MICE推進課 ☎(632) 2437
  - ▼みやエコ園・みやエコスクール活動紹介パネル展示 問環境創造課 ☎(632) 2409
- その他 最終日は早めに終了する場合があります。

## 各施設の休館日(7月)


- 市保健センター ☎(627) 6666
  - ▼3・10・15・17・24・31日。
- 茂原健康交流センター ☎(654) 2815
  - ▼1・8・16・22・29日。
- 環境学習センター ☎(655) 6030
  - ▼毎週月曜日。
- 道の駅うつのみやろまんちっく村 ☎(665) 8800
  - ▼9日。
- 梵天の湯 ☎(674) 8963
  - ▼毎月第1・第3木曜日。
- 冒険活動センター ☎(669) 2441
  - ▼1・8・15日。
- とびやま歴史体験館 ☎(667) 9400、旧篠原家住宅 ☎(624) 2200、うつのみや遺跡の広場 ☎(659) 0193、上河内民俗資料館 ☎(674) 3480
  - ▼1・8・16・22・29日。
- 中央図書館 ☎(636) 0231
  - ▼5・12・17・19・26日。
- 東図書館 ☎(638) 5614、視聴覚ライブラリー ☎(638) 5704、南図書館 ☎(653) 7609、河内図書館 ☎(673) 6782、上河内図書館 ☎(674) 1123
  - ▼1・8・16・18・22・29日。
- 妖精ミュージアム ☎(616) 1573
  - ▼1日。
- 市文化会館 ☎(636) 2121
  - ▼1～5・16日。
- 宇都宮美術館 ☎(643) 0100
  - ▼1・8・16・22・29日。
- 八幡山公園(宇都宮タワーとゴーカート) ☎(624) 0642
  - ▼1・8・16・22・29日。
- 岡本児童館 ☎(673) 2006、田原児童館 ☎(672) 4001、白沢児童館 ☎(671) 0404
  - ▼1・6・8・15・20～22・29日。
- あそぼの家 ☎(663) 3245
  - ▼7・14・15・21・28日。

## プロスポーツ試合日程(7月)

- 栃木SC 問栃木サッカークラブ ☎(666) 0615 (ホームゲーム・カンセキスタジアム) 日時・対戦相手
  - ▼14日午後7時～ ファジアーノ岡山。
- 宇都宮ブリッツェン 問サイクルスポーツマネジメント ☎(611) 3993 (期日・大会名)
  - ▼6・7日 全日本選手権自転車競技大会 MTB(長野県)。
  - ▼27日 佐木島ロードレース(広島県)。
  - ▼28日 広島クリテリウム(広島県)。

- ▲ 栃木SC(HP) 
- ▲ 宇都宮ブリッツェン(HP) 
- ▲ 宇都宮ブレイクス(HP) 
- ▲ 栃木ゴールデンブレイブス(HP) 

## 宇都宮競輪(7月)

- 本場開催
    - ▼3～5日 第46回日刊スポーツ・CTC杯(FI)。
  - その他
    - 場外発売など、詳しくは、宇都宮競輪(HP)をご覧ください。
- 東戸祭1丁目2-7 ☎(625) 0100 
- ▲ 宇都宮競輪(HP) 