

北宇都宮駐屯地(上横田町)ヘリコプター夜間飛行訓練

▼期日 3月3～6・10～13・17～19・24～27・31日。時刻は日没から午後9時ごろまでを予定。天候などにより実施日・時刻の変更あり▼その他 北宇都宮駐屯地(飛行場)周辺でのドローン、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

宇都宮財務事務所で借金に関する相談を受け付けます

ローンやクレジット、家族の借金などについて、専門の相談員が丁寧に話を伺います。独りで悩まずに相談してください。なお、必要に応じて弁護士の紹介も行っています。▼日時 月～金曜日(祝休日を除く)、午前8時30分～正午と午後1時～4時30分▼相談方法 直接または電話で、宇都宮財務事務所(桜3丁目)☎(633)6294へ。なお、面談による相談は、事前予約が必要です。

職業訓練5月開講コースの受講者募集

▼会場 ポリテクセンター栃木(若草1丁目)▼内容 就職活動に有利なスキルを身に付ける6・7カ月間の職業訓練▼対象 ハローワークで職業相談を実施し、スキルを身に付けて就職することを希望する人▼申込期限 4月3日▼申込方法 直接、居住地を管轄するハローワークへ▼その他 選考や訓練内容など、詳しくは、ポリテクセンター栃木HPをご覧ください。☎ポリテクセンター栃木訓練課☎(621)0689へ。



県立博物館(睦町)で各種催し

1テーマ展「藤原秀郷とその末裔たち 語り継がれる史実と伝説」▼期間 3月30日まで2体験会「十二単を着てみよう」▼日時 3月2日(日)午後2時～3時30分▼内容 おひなさまが着ている十二単を実際に着て、記念撮影をする3県立博物館の日イベント▼期日 3月16日(日)▼内容 ①博物館コンサート=宇都宮南高校の生徒によるコンサート②クイズにチャレンジ! =博物館内にあるクイズに挑戦して、博物館限定バッジをもらおう③学芸員とおき講座=テーマ展「藤原秀郷とその末裔たち」の見どころを解説④キッズツアー=解説員が選んだテーマをいろいろな視点から案内する⑤百人一首読み札ぬり絵=塗り絵で楽しく百人一首を学ぶ▼時間 ①午前10時30分～正午②午前10時～正午③午後1時30分～3時④午後2時～2時30分⑤午前9時30分～。なくなり次第終了▼対象 ②中学生以下④小学生■開館時間 午前9時30分～午後5時(入館は午後4時30分まで)■観覧料 一般=260円、大学生・高校生=120円、中学生以下は無料■その他 休館日など、詳しくは、県立博物館HPをご覧ください。☎県立博物館☎(634)1311・1312 ▲県立博物館HP



毎日、24時間受け付けています「よりそいホットライン」

生活・仕事・家庭・教育・人間関係・法律・心の悩みなどについての相談は、社会的包括サポートセンター☎0120(279)338へ。つながりにくいことがありますので、ご了承ください。☎保健福祉総務課☎(632)2919

宇都宮精神保健福祉会「やしお会」 1004486

1茶話会 ▼日時 3月6日(木)午前10時～正午▼内容 会員同士の交流2定例会 ▼日時 3月13日(木)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)1116へ。

火星・木星・春の星座などを観察しよう

▼日時 4月19日・26日(土)、午後7時～8時30分▼会場 田原中学校(下田原町)▼内容 オリオン大星雲、プレセペ星団などの天体観測会▼その他 申込方法など、詳しくは、星の子会HP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 ▲星の子会HP



ねりんピックとちぎ2025交流大会参加者募集

▼期間 5月6～13日▼種目 卓球、テニス、ソフトテニス、ゲートボール、パタンク、弓道、剣道▼対象 県内在住の60歳以上の人▼申込方法 申込用紙(とちぎ健康福祉協会HP)からも取り出し可)に必要事項を書き、各競技団体へ▼その他 会場や費用など、詳しくは、とちぎ健康福祉協会HPをご覧ください。電話で、とちぎ健康福祉協会☎(650)3366へ。



国税の納税は便利で確実な口座振替をご利用ください

▼申告・納税の期限 所得税・贈与税=3月17日、消費税=3月31日▼口座振替日 所得税=4月23日、消費税=4月30日▼その他 パソコンやスマートフォンからもe-Taxを使って口座振替の手続きができます。詳しくは、国税庁HPをご覧ください。☎宇都宮税務署☎(621)2151 (自動音声案内) ▲国税庁HP



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。

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3月20・24～31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 朗読希望日の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。

自殺予防いのちの電話フリーダイヤル連続168時間

自殺予防週間に合わせて、全国50カ所のいのちの電話が協力して、168時間連続の「自殺予防いのちの電話」を実施します。▼期間 3月10日(月)午前8時～17日(月)午前8時▼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☎(622)7970、保健予防課☎(626)1116

毎日、24時間受け付けています「栃木いのちの電話」

もしも、心の中が苦しみ・悩み・心配でいっぱいになったら、☎(643)7830へ。つながりにくいことがありますので、ご了承ください。☎保健予防課☎(626)1116

自死遺族支援わかちあいの会「こもれび」 1004481

▼日時 3月15日(土)、4月5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(当日受け付け)☎栃木いのちの電話事務局☎(622)7970、保健予防課☎(626)1116

「断酒屋例会(酒害相談)」に参加しませんか 1023297

▼日時 3月21日(金)午後2時～4時▼会場 とちぎ福祉プラザ▼対象 お酒で悩んでいる人や家族▼その他 毎週、各区で断酒例会を行っています。会場など、詳しくは、市HPをご覧ください。保健予防課☎(626)1116へ。