

＼とちぎテレビ／

教えてイトコ うつのみや

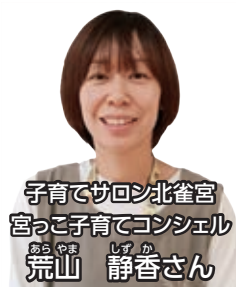
宇都宮のイトコを再発見します

今回は「室内の子どもの遊び場」



今回は、南図書館にお邪魔して、子どもたちの遊び場や児童書コーナーについて担当者に説明をいただいた他、利用者にもお話を伺いました。また、子育てサロン北雀宮でも、担当者にお話を伺いました。どちらの子どもの遊び場も広々としていて、子どもたちが伸び伸びと遊んでいました。保護者同士の交流も、良い気晴らしになっているようです。これからの梅雨の時期などに、ぜひ、室内の子どもの遊び場を利用してみてはいかがでしょうか。

リポーター 井上 ユミ子



1 南図書館の「おひさまひろば」には、子ども用の遊具が豊富に設置されており、親子で広々とした空間で遊べます。2 南図書館には広い児童書コーナーが設けられており、専用スペースで定期的に読み聞かせも行われています。3 4 市内12カ所に設置されている子育てサロンでは、市内在住のおおむね3歳までの子どもとその家族、妊婦とその家族を対象に、子どもの育児・健康に関する相談や情報提供を行っています。

とちぎテレビ「教えてイトコうつのみや」は毎月第4金曜日午後7時から放送しています。

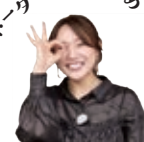
この模様や過去の動画は市公式YouTubeでご覧になれます。



公共交通を利用して、毎月旬なスポットをご紹介します

第2回「歩いて・貯めて・使える! うつのみや健康ポイント」

リポーター やまぐち 山口あつ



FROMAGERIE FIL



カフェドオリーブ



健康ポイントの割引券を使えるお店を紹介



JR宇都宮駅からFROMAGERIE FILへの道のり!

FROMAGERIE FIL

JR宇都宮駅

ケーブルテレビで放送中!

毎月、第4月曜日から1週間、ケーブルテレビで放送しています。放送終了後は、市公式YouTubeでご覧いただけますので、ぜひご覧ください。

詳しくは、こちらから!



保健センターでみそ汁の塩分測定を行いました。普段飲んでいるみそ汁が予想よりも塩分が入っており、食生活を見直すきっかけになりました。



FROMAGERIE FIL
みそ汁
藤峯 文糸子さん

チーズは健康効果が高い食品です。ビタミンとミネラルが豊富で、代謝を上げる効果もあります。健康のためにも、積極的に取り入れてもらいたいです。FROMAGERIE FILでは、約10カ国のチーズを取り扱っています。皆さんの好みのチーズを探すお手伝いができますので、ぜひお越しください。