



催し

子ども

家族ふれあいキャンプ
篠井の秋を楽しもう

期日 10月3日(土)・4日(日)、1泊2日

会場 冒険活動センター(篠井町)。

内容 冒険活動、野外炊飯など。

対象 市内に在住か通勤している人で、小・中学生を含む親子。

定員 20組。定員を超えた場合は抽選。

費用 一般 4000円、中学生以下 3500円(テント宿泊費・食事4食分・保険料などすべて含む)。

申込 9月13日までに、電話またはファクス(住所・電話番号・代表者の氏名・参加人数を明記)で、冒険活動センター ☎(669)2441、FAX

(669)2240へ。

パパと子どもは料理に挑戦
ママは燃やせ体脂肪

日時 9月13日(日)午前10時～午後1時

会場 市保健センター(ラスクエア宇都宮9階)。

内容 ①パパと子ども 調理実習(ギョーザの皮ヒザ、デザートなど) ②ママ 筋トレボールとエアロビクス。

対象 市内に在住か通学している小学生とその親。

定員 先着15組。

費用 1組600円(食材費)。
持ち物 ①エプロン、三角きん、手ふきタオル②運動のできる服装、運動靴、汗ふきタオル。

申込 電話またはファクスで、市保健センター ☎(627)6666、FAX(643)1679へ。

教室・講座

子どもと子どもの本をつなぐ講座参加者募集

日時 9月20日(日)午後1時30分～3時30分

会場 市立図書館3階集会室(明保野町)。

内容 「ホットケーキでき

ありがとう！(エリック・カール作)と題した、アーサー・ビナードさん(詩人)による講演。

対象 市内在住の人。

定員 先着100人。

非行防止講演会
携帯電話の怖さについて

日時 10月31日(土)午後1時30分～3時

会場 中央生涯学習センター(中央1丁目)。

内容 「ケータイ安全教室」と題した、井上誠さん(県警察本部少年課係長)による講演。

対象 市内在住の人。

定員 先着50人。

申込 直接または電話で、青少年自立支援センター(中央生涯学習センター内) ☎(635)5834へ。

ファミリー遊ゆう講座
パパと楽しくクッキング

日時 9月26日(土)午前10時～正午

会場 市保健センター(ラスクエア宇都宮9階)。

内容 栄養士による父子簡

うつのみやジュニア芸術祭

催事名・日時 下の表の通り。
会場 ②～⑥市文化会館(明保野町)、⑦市役所14階大会議室。
費用 ⑥は500円。
☎うつのみやジュニア芸術祭実行委員会(文化課内) ☎(632)2746



催事名	日時
①ジュニア文芸	11月末(予定)、ジュニア文芸集発刊
②ポスター原画展・学校美術展	10月2～6日、午前10時～午後5時(6日は午後4時まで)
③学校音楽祭	小学校の部 9月28・29日、午前10時開場、10時30分開演
	中学校の部 9月27日(日)、午前9時30分開場、10時開演
④学校演劇祭	小・中学校の部 9月25～27日()
	高等学校の部 10月23～25日()
⑤学校書道展	10月23～26日、午前9時～午後5時(26日は午後3時30分まで)
⑥ジュニア音楽祭	11月1日(日)、午後1時30分開場、2時開演
⑦表彰式	11月28日(土)午前11時～(予定)

開演時間についてはご確認の上、ご来場ください。

単クッキング。

対象 3歳児とその父。

定員 先着12組。

費用 材料費(実費)。

申込 9月3日午前9時から(水曜日を除く)、電話で、子育てサロン中央 ☎(627)0204へ。

青少年と指導者のための
野外活動スキルアップ講座

日時 9月26日(土)午前10時～午後3時 雨天決行

会場 みずほの自然の森公園(西刑部町)。

内容 ダッチオーブンなどを使った野外活動講座。

対象 青少年や青少年指導に興味のある高校生以上の人

定員 先着30人。

費用 学生500円、一般1000円(材料費など)。
持ち物 動きやすい服装、タオル。

申込 電話またはファクス・Eメール(住所・氏名・年齢・電話番号を明記)で、子ども未来課 ☎(632)2944、FAX(638)8941、☒u1806@city.utsunomiya Tochigi.jpへ。

本文中に費用などの記載がないものは、原則として無料
HP ホームページ、☑ Eメールアドレス

助産師再就業支援研修会 日時 10月14日(水)～12月11日(金) 会場 県看護協会ほか。実習は病院・診療所・助産所など 対象者 助産師の資格を持ち、現在未就業の人や産科以外の施設に就業している人 定員 先着10人。☎県看護協会 ☎(625)6141、市保健所総務課 ☎(626)1102

各種ジュニアスポーツ教室

教室名・日時・会場・内容など 下の表の通り。

持ち物 ①は運動に適した服装と室内専用の運動靴、②③は運動に適した服装、④は手袋と帽子。

申込 往復はがきの往信に、教室名・住所・氏名(ふりがな)・学年(年齢)・電話番号・①②④は保護者氏名・③④は希望するコース(③は第3希望、④は第4希望まで記入可)を、返信に郵便番号・住所・氏名を書き、9月10日(消印有効)までに、〒321 0954元今泉5丁目6 18、市体育文化振興公社☎(663)1611へ。定員を超えた場合は抽選。

教室名	日時・会場	内容	対象・定員・費用
①親子リズムダンス	10月1・5・8・15・19日、午後5時30分～6時30分。全5回 ブレックスアリーナ宇都宮(市体育館・元今泉5丁目)	リズムに合わせて親子で楽しく体を動かす	小学1～3年生とその親 20組 3,000円
②キッズスポーツ教室(10月コース)	10月5・19日、午後3時30分～4時30分。全2回 ブレックスアリーナ宇都宮(市体育館)	マット遊びやボール遊びを通して基礎体力を身に付ける	4歳(年中)～小学1年生 20人 800円
③親子でスポーツ教室(10・11月分)	月曜日(全7回) 10月5・19・26日、11月2・9・16・30日 Aコース=午前10時～10時50分 Bコース=午前11時10分～正午 火曜日(全7回) 10月6・13・20・27日、11月10・17・24日 Cコース=午前11時10分～正午 金曜日(全8回) 10月2・9・16・30日、11月6・13・20・27日 Dコース=午前10時～10時50分 Eコース=午前11時10分～正午 ブレックスアリーナ宇都宮(市体育館)	音楽に合わせて親子で楽しく運動し、子どものリズム感覚の発育と親子のコミュニケーションを深める	2歳以上の未就学児とその親 各コース30組 A・B・Cコース=2,800円、 D・Eコース=3,200円
④ジュニアスケート教室	土曜日(全5回) Aコース=10月3・10・17・24・31日 Cコース=平成22年1月16・23・30日、2月6・13日 日曜日(全5回) Bコース=10月4・11・18・25日、11月1日 Dコース=平成22年1月17・24・31日、2月7・14日 時間 午後5時30分～7時 市スケートセンター(城南3丁目)	スケートの入門編で、氷上歩行から滑走までを学ぶ	小学2～6年生 各コース80人 各コース2,500円(貸し靴代は別途1回150円)

子ども

ナ宇都宮(市体育館・元今泉)



日時 9月22日(火)午前10時～正午
会場 ブレックスアリーナ

一緒に楽しいね
ファミリースポーツ

対象 妊娠7～9カ月の妊婦とその夫。または、生後3～4カ月児とその保護者
定員 各先着10組
持ち物 赤ちゃんに参加する人は、おむつとバスタオル
申込 午前9時から午後4時(土・日曜日を除く)に、電話で、子育てサロン西部☎(647)4740へ。

(鶴田町)

内容 出産を控えた人と出産を体験した人の交流、ベビーマッサージ、助産師による講話など。
日時 9月19日(土)午前10時～正午
会場 子育てサロン西部



赤ちゃんスキスキ広場
プレママ・プレパパ
ふれあい体験

日時 9月22日(火)午前10時～正午
会場 ブレックスアリーナ

申込 10月6日までに、直接または電話で、青少年自立支援センターふらっぴ(中央1丁目、中央生涯学習センター内)☎(635)5834へ。

対象 子どもの将来に不安を感じている保護者
定員 20人。定員を超えた場合は抽選。
申込 10月6日までに、直接または電話で、青少年自立支援センターふらっぴ(中央1丁目、中央生涯学習センター内)☎(635)5834へ。

内容 遊びを取り入れた親子体操と、フットサルなどの親子レクリエーション。
対象 4歳(年中)～小学3年生とその親
定員 先着50組
費用 1組500円(保険料など)
申込 9月4日午前9時から、直接または電話で、市体育文化振興公社☎(663)1611へ。

9月20日(第3日曜日)は「家庭の日」本市では、毎月第3日曜日に、家族の大切さを再確認する「家庭の日」運動を進めています。また、9月21日は「敬老の日」です。おじいちゃん、おばあちゃんといろいろ話し合うきっかけの日としてはいかがですか。☎子ども未来課☎(632)2344

教室・講座

第3回土屋博士の
科学あそび教室

日時 9月27日(日)午後1時～3時

会場 青少年活動センター
(トライ東・今泉町)

内容 土屋佳雄さん(土屋はかせ塾塾長)による、葉っぱを使ったしおり作りなど。

対象 市内に在住か通学している小学生とその保護者(小学5年生以上は、子どものみの参加可)。

定員 先着50人。

持ち物 底の平らなトレイ(10cm×15cm程度)、古新聞、使い古しの歯ブラシ、はさみなど。

申込 9月18日までに、直接または電話で、青少年活動センター☎(663)3155へ。

すこやか親子講座
参加者募集

日程 ①10月8日(木)②10月21日(水)



会場 河内保健センター
午前10時～正午。全2回。

子ども達を守ろう 児童虐待防止にご協力を

児童虐待は早期発見・早期対応が重要です。地域の皆さんが次のような状況に気付いたら、下の表の市または児童相談所へお知らせください。連絡者の秘密は守ります。

親の怒鳴り声、子どもの泣き声がいつも聞こえる。不自然な外傷(あざ、傷、やけどなど)が多い。夜遅くまで外で遊んでいる。家に帰りたがらない。衣服や体がいつも極端に汚れている。理由もなく保育園や幼稚園、学校をよく休んでいる。

☎子ども家庭課☎(632)2329

児童虐待が疑われるときの連絡先

連絡先	電話
市社会福祉事務所(子ども家庭課内家庭児童相談室)	☎(632)2390
県中央児童相談所(野沢町4丁目)	☎(665)7830
児童虐待緊急ダイヤル(県中央児童相談所) 月～金曜日=午後5時30分～翌日午前8時30分。土・日曜日、祝日=24時間受付。	☎(665)3677

(白沢町)。

内容 保健師による講話に加えて①栄養士による離乳食の進め方についての講話と実技、離乳食の試食②助産師による親のためのヨガとリラクゼーション、保育士による触れ合い遊び。

対象 市内在住の4～7カ月児とその親で、2回とも参加できる人。

定員 先着15組。

申込 直接または電話で、河内保健センター☎(673)63

37へ。

子ども発達センター講演会
参加者募集

日時 10月2日(金)午前10時～正午。

会場 子ども発達センター。

内容 「ことばの遅れが気になったら ことばをはやくむこつ」と題した、あせがみやすしい畦上恭彦さん(国際医療福祉大学言語聴覚学科准教授)による講演。

対象 市内在住の人。
定員 先着70人。

10月のママパパ学級

時間：午前9時30分～正午(午前9時15分から受付)

コース名	内容・対象	期日	会場・申込先	定員
妊娠・出産コース	「妊娠中～産後の心と体の変化」「妊娠中の栄養」ほか 妊娠5～9カ月(16～35週)の妊婦とその夫	3日(土)	市保健センター ☎(632)2941	先着60人
		17日(土)	平石地区市民センター ☎(661)2369	先着50人
		27日(火)	姿川地区市民センター ☎(645)4535	先着30人
子育てコース	「赤ちゃんのお風呂」「おっぱいのお手入れ」ほか 妊娠7～9カ月(24～35週)の妊婦とその夫	10日(土)	市保健センター ☎(627)6666	先着60人
		18日(日)		先着30人
		26日(月)	河内保健センター ☎(673)6337	先着30人
		25日(日)		先着30人

申込・問い合わせ 電話で、各申込先へ。
土・日曜日は混雑が予想されます。平日に参加できる人は、できるだけ平日の参加を。市保健センターには無料駐車場はありません。

お知らせ

申込 はがきまたはファクス・Eメールで、〒320-0851 鶴田町970 1、子ども発達センター☎(647)4720、FAX(647)4715、☎190405000 city.usunomiya.tochigi.jp へ。託児はありません。

急性灰白髄炎(ポリオ) 予防接種

ポリオ予防接種は、ウイルスが脳や脊髄に感染し、まひ

10月のポリオ予防接種

受付時間：午後1時30分～3時

期日	実施場所
2日(金)	夜間休日救急診療所
5日(月)	市保健センター
8日(木)	平石地区市民センター
14日(水)	国本地区市民センター
15日(木)	自動車会館
20日(火)	姿川地区市民センター
21日(水)	上河内保健センター
27日(火)	横川地区市民センター
29日(木)	夜間休日救急診療所

などを起こす病気を予防します。1回目の接種後、6週間以上の間隔を空けて2回目の接種を受けます。
日程 右の表の通り。

本文中に費用などの記載がないものは、原則として無料
HP ホームページ、☑ Eメールアドレス

インターパーク宇都宮南 第6次宅地分譲(29画地・建築条件なし) 募集期間 9月5日(土)～13日(日) 受付時間 午前10時～午後5時 土地譲渡価格 1,200～1,800万円。☎インターパーク宇都宮南 現地案内所☎0120(151)595、HP http://takuchi.ur-net.go.jp/、地域政策室☎(632)2108

子どもの個別予防接種

宇都宮市に住民登録のあるお子さんは、下表の接種対象期間内であれば無料で予防接種を受けることができます(対象期間以外のお子さんは有料)。

9月の接種対象者

予防接種	接種対象期間	9月から新たに接種対象となるお子さん
BCG 1	3カ月以上6カ月未満	平成21年6月生まれで、満3カ月になった日から
三種混合 2	3カ月以上7歳6カ月未満	平成21年6月生まれで、満3カ月になった日から
二種混合	11歳以上13歳未満	平成10年9月生まれで誕生日から
麻しん風しん混合 麻しん・風しん各単独 3	期 1歳の誕生日～2歳の誕生日の前日まで	平成20年9月生まれで誕生日から
	期 小学校に入学する前の年の4月1日～3月31日まで(年長児)	平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれ
	期 中学1年生に相当する年度の4月1日～3月31日まで	平成8年4月2日～平成9年4月1日生まれ
	期 高校3年生に相当する年度の4月1日～3月31日まで	平成3年4月2日～平成4年4月1日生まれ
日本脳炎	希望する人は、保健予防課へお問い合わせください。	

1 BCG予防接種は接種可能な期間が短いので計画的に接種してください。

2 三種混合の1期初回3回は、3週以上8週未満の間隔で接種します。

3 原則、麻しん風しん混合ワクチンを接種します。

☎保健予防課 ☎(626)1114・1115

対象 市内に住居登録のある生後3カ月以上7歳6カ月未満の子ども。
持ち物 母子健康手帳。
接種制限 次のいずれかに該当するお子さん。①下痢をしている②麻しん・風しん・おたふく風邪・水ぼうそう・BCGなど、生ワクチンの予防接種を受けてから4週間未満③麻しん・風しん・おたふくかぜ・不活化ワクチンの予防接種を受けてから1週間未満④麻しん・風しん・おたふくかぜ・

水ぼうそうにかかり、治ってから4週間未満④手足口病・突発性発疹などにかかり、治ってから2週間未満。
その他 接種前後の30分は飲食できません。
☎保健予防課 ☎(626)1114
フツ化物塗布
前期代替日のご案内
実施を中止した6月21日の代替日を設定しました。
日時 9月27日(日)、受付時間 午前9時30分～正午

10月の乳幼児健康診査

各健康診査とも、対象のお子さんにお知らせを送付します。

4カ月児・10カ月児の乳児健康診査

健診案内をご覧の上、指定の医療機関で受診してください。生後2カ月、9カ月時にお知らせをお送りします。対象月の月末になってもお知らせが届かない場合は、ご連絡ください。

2歳児歯科健康診査

受付時間：午後1時～2時30分

日程	会場	対象
1・8・15・29日(木)	市保健センター(ラスクエア宇都宮9階) 無料駐車場はありません	宇都宮地区 平成19年5月生まれ
22日(木)	河内保健センター(白沢町)	上河内・河内地区、宇都宮地区の一部

受診方法 お知らせをご覧の上、当日会場へ。2歳3カ月になる月の上旬にお知らせを送ります。対象月の月末になってもお知らせが届かない場合は、ご連絡ください。

1歳6カ月児・3歳児の幼児健康診査

受付時間：午後1時～2時30分

健康診査名	1歳6カ月児		3歳児	
	平成20年3月生まれ		平成18年9月生まれ	
会場 市保健所(竹林町) 市保健センター 平石地区市民センター 横川地区市民センター 城山地区市民センター 姿川地区市民センター 雀宮地区市民センター 上河内保健センター 河内保健センター	10月	8日(木)	10月	1日(木)
		30日(金)		16日(金)
		20日(火)		27日(火)
		28日(水)		2日(金)
		9日(金)		21日(水)
		2日(金)		23日(金)
		7日(水)		22日(木)
		15日(木)		29日(木)
		14日(水)		6日(火)

受診方法 お知らせをご覧の上、母子健康手帳を持って当日会場へ。1歳6カ月、3歳0カ月になる月の上旬にお知らせをお送りします。対象月の月末になってもお知らせが届かない場合は、ご連絡ください。

☎子ども家庭課 ☎(632)2388

午後2時～3時30分
会場 田原コミュニティプラザ(上田原町)。
対象 市内に住居登録のある満2歳就学前の幼児で、6月21日を予定していた人。今年度前期日程で既に塗布したお子さんは対象外。
費用 500円。当日会場でお支払いください。
申込 子ども家庭課(市役所2階)、総合相談窓口(市役所1階)、各地域自治センター・地区市民センター・出

張所、保健センターに置いてある「フツ化物塗布受診票」に必要事項を書き、当日会場へ。保育園・幼稚園児には園を通して配布済です。
その他 体調不良の場合はお控えください。
☎子ども家庭課 ☎(632)2388

10月の離乳食教室
参加者募集
日時 10月6日(火)午前10時～11時30分
会場 市保健センター(ラスクエア宇都宮9階)。
内容 栄養士による離乳食の進め方の話と、初期の離乳食の試食。
対象 これから離乳食を始める乳児とその保護者。
定員 先着30組。
申込 電話で、保健と福祉の総合相談 ☎(632)2941へ。
☎子ども家庭課 ☎(632)2388



秋の年中行事体験 月見だんごとぼうじぼり

日時 10月3日(土)午後3時～6時 会場 上河内民俗資料館(中里町) 対象 市内在住の親子 定員 先着15組 費用 1組300円(材料費) 1人100円(保険料) 申込 電話で、上河内民俗資料館 ☎(674)3480へ。☎文化課 ☎(632)2764