



教室・講座

子ども

パパとママと一緒に参加
イクメン応援講座
Part 2

▽日時 10月26日(日)午前10時～11時30分。午前9時40分から受け付け。
▽会場 豊郷園(岩曾町)。
▽内容 父と子は一緒にリトミック。母はアロマでストレッチ。
▽対象 市内在住の1～3歳の子どもと両親。
▽定員 先着25組。
▽申込 10月7～17日に、直接または電話で、豊郷園 ☎(660)2340へ。
はじめての赤ちゃん お口の健康講座
▽日時 11月6日(木)午後2時～3時30分。
▽会場 姿川区(西川田町)。

▽内容 乳歯の手入れのポイントと口の健康についての講話、触れ合い遊び。
▽対象 0歳児と初めて育児をするその保護者。
▽定員 先着20組。
▽申込 10月6日午前9時から、電話で、姿川区 ☎(645)4535へ。

親子の健康を
食事から考えよう

▽日時 10月10日(金)午前10時30分～11時。
▽会場 東図書館(中今泉3丁目)。
▽内容 栄養士による、親子の食生活のポイントや役立つ情報を紹介する講座。講座終了後、図書館職員による「おはなし会」を開催します。
▽対象 1・2歳児とその保護者。
▽定員 先着12組。
▽申込 10月3日午前9時30分から、直接または電話で、東図書館 ☎(638)5614へ。

■日時 11月15日(土)午前

赤ちゃんスキスキ広場と
赤ちゃんとのふれあい体験

▽日時 11月15日(土)午前10時～正午。
▽会場 子育てサロン西部(鶴田町)。
1 赤ちゃんスキスキ広場
▽内容 ベビーマツサージ、助産師による講話、出産を控えた人との交流。
▽対象 生後3・4カ月児とその親。
2 赤ちゃんとのふれあい体験
▽内容 助産師による講話、3・4カ月児との触れ合い体験、出産を体験した人との交流。
▽対象 妊婦とその夫。
■定員 各先着10組。
■申込 10月16日午前9時から、電話で、子育てサロン西部 ☎(647)4740へ。

11月の離乳食教室
参加者募集

▽日時 ①11月7日②11月13日③11月20日、午前10時～11時45分。午前9時45分から受け付け。
▽会場 ①河内保健センター(白沢町)②市保健センター(ララスクエア宇都宮9階)③上河内保健センター(上田町)。
▽内容 栄養士と保健師に

▽日時 10月9日(木)午前

日常にすぐ生かせる
産後セルフケア体験

▽日時 10月9日(木)午前10時～11時30分。
▽会場 青少年活動センター(今泉町)。
▽内容 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、セルフケアの実習など。
▽対象 市内在住の平成26年4月10日～8月10日生まれの子どもとその母親。
▽定員 先着12組。
▽費用 1000円(用具代)。
▽申込 10月2日午後2時から、電話で、青少年活動センター ☎(663)3155へ。

11月のママパパ学級

▽期日・内容など 下の表の通り。
▽時間 午前9時30分～正午(午前9時15分から受け付け)。
▽申込 電話で、各申込先へ。
▽その他 市保健センターには無料駐車場はありません。

コース	内容・対象	期日	会場・申込	定員
妊娠・出産コース	「妊娠中の心と体の変化」「妊娠中の食生活」「妊婦の疑似体験」他	9日(日)	市保健センター 申込先は、保健と福祉の相談 ☎(632)2941	先着30組
	妊娠6～9カ月の妊婦とその夫	16日(日)		
子育てコース	「産後の心と体の変化」「赤ちゃんのお風呂」「おっぱいのお手入れ」他 妊娠7～9カ月の妊婦とその夫	1日(土)	市保健センター ☎(627)6666	先着15組
		14日(金)		先着30組
		23日(日)		



◎毎月1日はもったいないの日 日々の行動を振り返ろう 市では、地球上にあるすべてのものに、尊敬と感謝の気持ちを持ち、ひとやものを大切に「もったいない運動」を進めています。日々、実践している行動をさらなる行動・実践につなげるために、月の初めに先月までの行動を振り返りましょう。 環境政策課 ☎(632)2409

教室・講座

0歳児からの
子育て広場

- ▽日時 11月27日(木)午前10時～正午。
- ▽会場 河内(中岡本町)。
- ▽内容 ビートに乗ってLet'sビート体操。
- ▽対象 市内在住で就学前の乳幼児とその保護者。
- ▽定員 先着40組。
- ▽申込 10月3日から、直

ママ必見
歯っぴいライフ講座

- ▽日時 11月11日(火)午前10時～正午。
- ▽会場 市保健センター(ララスクエア宇都宮9階)。
- ▽内容 歯科医師による幼児期の生活習慣と歯並び・噛み合わせについての講話、歯科衛生士による虫歯菌の検査と歯みがき実演。
- ▽対象 1歳児の保護者。託児あり。
- ▽定員 先着30人。
- ▽申込 10月3日から、直

ンター ☎(627) 6666へ。

ベビーマッサージで
仲良し親子

- ▽日時 10月23日(木)午前10時～11時30分。
- ▽会場 青少年活動センター(今泉町)。
- ▽内容 赤ちゃんに触れ合い、生命の尊さを実感する。
- ▽対象 市内在住の平成26年4月25日～8月25日生まれの子どもとその母親。
- ▽定員 先着15組。
- ▽費用 1200円(材料・資料代)。
- ▽申込 10月9日午後2時から、電話で、青少年活動センター ☎(663) 3155へ。

子育て親育ち講座
子育てのコツ教えます

- ▽日時 11月18日(火)午前10時～11時30分。
- ▽会場 富屋(徳次郎町)。
- ▽内容 石原栄子さん(作新学院大学女子短期大学部教授)による、子育てに関する講話。
- ▽対象 市内在住の未就学児の保護者。
- ▽定員 先着30人。
- ▽申込 10月3日から、電

話で、富屋 ☎(665) 3698へ。

補助輪取りに挑戦
幼児向け自転車教室

- ▽日時 10月12日(日)午前10時～正午。9時50分から受け付け。
- ▽会場 市サイクリングターミナル(福岡町)。
- ▽内容 補助輪付き自転車に乗っている子どもの、補助輪取りの手伝いをする。
- ▽対象 5歳以上の子どもとその保護者。
- ▽定員 先着10人。
- ▽費用 310円(保険料・飲物代)。
- ▽申込 10月6日から、電話で、市サイクリングターミナル ☎(652) 4497へ。

子育て支援講座
発達障がい児の理解と支援

- ▽日時 10月30日(木)午前10時～正午。
- ▽会場 東図書館(中今泉3丁目)。
- ▽内容 佐藤俊夫さん(とちぎりハビリティーションセ

遊びにきてね「にこにこひろば」「よちよちひろば」

▽会場・開設時間など 下の表の通り。
▽内容 ①子育てに関する情報提供・交換②手遊び・体操・絵本・紙芝居などのお楽しみタイム③子育てサークル・専門機関の紹介④保育士・看護師などへの相談⑤電話相談。②は各会場により開設時間が異なります。

▽対象 妊婦、おおむね0～3歳の就園前の子どもとその保護者。
▽その他 子育てサロン中央には無料駐車場はありません。詳しくは、各問い合せ先(欄外参照)へお問い合わせください。

会場	子育てサロン にこにこひろば				
	中央	石井・竹林・西部・北雀宮・ゆずのこ・なかよし	みずほの	宝木	
開設時間	月・火・木・金・土曜日、午前9時～正午、午後1時30分～4時。月・火・金・土曜日の午後1時30分～4時は0歳児対象	月～金曜日＝午前9時～午後4時。土曜日＝午前9時～正午	月～金曜日、午前10時～午後3時。火・水・木の午後は0歳児対象	月・水・金曜日＝午前9時～正午、午後1時～3時。土曜日(園庭開放のみ)＝午前9時～正午	
相談	月・火・木～日曜日、午前9時～午後4時。保健師・栄養士に相談ができます	月～土曜日＝午前9時～午後4時。看護師などに相談ができる日があります	月～金曜日、午前9時～午後4時		
会場	子育てサロン にこにこひろば			なかよしクラブ よちよちひろば	
	とまつり	やよい	とよさとなかよし広場	北雀宮	西が岡
開設時間	月～金曜日(園庭開放)、午前9時～正午、午後1時～3時	火・水・木曜日、午前9時～正午、午後1時～3時	月～金曜日、午前10時～午後3時	月・水・金曜日、午後1時～4時。0歳児対象	水・金曜日、午後1時～3時30分。0歳児対象
相談	月～金曜日、午前9時～午後5時			月～金曜日、午前9時～午後4時(発達に心配のある子どもの相談・親子遊びなどができます)	

◎問合せ先 ■子育てサロン ▽中央 ☎(627)0204 ▽石井 ☎(660)0600 ▽竹林 ☎(621)4788 ▽西部 ☎(647)4740 ▽北雀宮 ☎(653)5164 ▽ゆずのこ ☎(674)2020 ▽なかよし ☎(673)2511 ▽みずほの ☎(678)2526 ▽宝木 ☎(622)6460 ▽とまつり ☎(622)7552 ▽やよい ☎(634)5653 ▽とよさとなかよし広場 ☎(624)3370 ■なかよしクラブ ▽北雀宮 ☎(653)5982 ▽西が岡 ☎(621)0041

本文中に記載がないものは、原則として、対象どなたでも、費用無料、申込不要。
 区 地区市民センター、出 出張所、進 生涯学習センター、参 うつのみや表参道スクエア、HP ホームページ、Eメールアドレス、地域自治センター、地域コミュニケーションセンター、活 市民活動センター

各種ジュニアスポーツ教室

▽教室名・日時・対象など 下の表の通り。
 ▽申込 往復はがきの往信に、教室名・住所・子どもの氏名・ふりがな・年齢・学年・電話番号・保護者名・①③は希望するコース・回(第2希望まで)を、返信に、郵便番号・住所・氏名を書き、10月10日(消印有効)までに、〒321-0954元今泉5丁目6-18、市スポーツ振興財団☎(663)1611へ。はがき1枚に付き1人の申し込み。ただし家族は連名可。

教室名・内容	日時・会場	対象・定員・費用など
①キッズスポーツ教室(11月分) マット遊びやボール遊びを通して基礎体力をアップする	11月10・17日(月)。各全2回 Aコース=午後3時~3時50分 Bコース=午後4時~4時50分 明保野体育館(明保野町)	年中・年長児 各抽選45人 800円
②キッズリズムダンス教室 リズムに合わせて楽しくダンス	11月18・25日、12月2・9・16日。全5回 午後3時30分~4時20分 ブレックスアリーナ宇都宮(元今泉5丁目・市体育館)	年中・年長児 抽選50人 2,000円
③第1回・第2回ジュニアチアダンス教室 ポンポンを持って、みんなで楽しくダンス	11月18・25日、12月2・9・16日。各全5回 第1回=午後5時~5時50分 第2回=午後6時~6時50分 ブレックスアリーナ宇都宮	小学生 各抽選40人 2,000円
④第4回体育応援教室 跳び箱・マット・縄跳びなどを使って運動	11月19~21・26~28日。全6回 午後5時30分~6時30分。 ブレックスアリーナ宇都宮	小学1~3年生 抽選50人 2,400円

2 DVD上映会
 4へ。
 30分から、直接または電話で、東図書館☎(638)5614へ。
 ▽定員 先着50人。
 ▽申込 10月7日午前9時
 ▽対象 小学生の子どもを持つ保護者。
 ▽特性を理解し、支援していく方法などに関する講演。
 ▽日時 10月22日(水)午前10時~11時。
 ▽内容 「ちゃんと人と付き合いたい」と題したDVDを鑑賞して、子どもの育ちについて考える。
 東図書館☎(638)5614

お知らせ

フッ化物塗布のご案内
 ▽日時 10月5日・11月2日・9・16日、午前9時~11時30分と午後1時30分~3時30分。
 ▽会場 保健所(竹林町)。
 ▽対象 市内在住の満2歳~小学1年生。
 ▽費用 500円。当日、会場でお支払いください。
 ▽受診票 保育園・幼稚園児、小学1年生には、園や学校を通して配布しました。また、受診票は、子ども家庭課(市役所2階)、保健

子育て

福祉相談担当(市役所1階)、各保健センター・区・町にも置いてあります(市庁からも取り出し可)。
 ▽その他 熱やせきなど、体調不良の場合は、塗布をお控えください。
 問 子ども家庭課☎(632)2388

10月1日から水痘(水ぼうそう)を定期接種化しました

▽対象年齢・接種方法 生後12カ月以上36カ月未満の間に、3カ月以上の間隔を空けて2回接種を受ける(無料)。ただし、すでに自費で2回接種を受けている場合は対象外。1回受けている場合は、残り1回のみが対象。対象年齢の子どもには、はがきで通知します。
 ▽経過措置 平成26年度に限り、生後36カ月以上60カ月未満の子どもで、水痘予防接種をまだ一度も受けたことがない場合は、無料で1回接種ができます。
 ▽接種場所 県内指定医療機関(市庁参照)。それ以外の医療機関で接種を希望する人は、必ず接種前に直

接、保健予防課(竹林町・保健所内)へ。
 ▽持ち物 生後2カ月頃に保健所から送付された予防接種受診者証、母子健康手帳。
 問 保健予防課☎(626)1114

1歳児のインフルエンザ予防接種費用の一部補助
 ▽対象 市内に住民登録がある1歳児。
 ▽補助額 1回につき1000円。1人2回まで。
 ▽持ち物 印鑑(ゴム印不可)。
 ▽接種場所 市内指定医療機関(市庁参照)。それ以外の医療機関での接種は、一度全額自己負担した後、申請により償還払い。
 「予診票の写し」、「領収書」、「予防接種済証(または母子健康手帳の接種記録欄)」をお持ちの上、保健

問 保健予防課☎(626)1114
 ▽その他 任意の予防接種であることを理解した上で、医師と相談して接種を受けてください。

お知らせ

中学校特別支援学級写真展

かがやく
わたしの写真展

▽日時 10月16、20日、午前10時～午後7時。20日は午後4時まで。
▽会場 東武宇都宮百貨店(宮園町)。

▽内容 中学校特別支援学級の生徒たちが、カメラの操作方法や効果的な撮り方を学び、撮影した写真の展示。

④市教育センター ☎(639) 4381

ご利用ください 母子父子寡婦福祉資金

母子家庭の母親・寡婦に対して、子どもの高校や大学などの就学に必要な授業料などを貸し付ける「母子寡婦福祉資金貸付制度」について、平成26年10月から、新たに父子家庭の父親にも、貸し付けができるようになりました。

貸付資金の種類や条件など詳しくは、電話で、子ども家庭課 ☎(632) 2389へ。

隣接する規模の小さな学校へ 新入学・転入学ができます

▽対象 左の表の通り。
▽入学要件 次の全ての要件を満たす児童生徒。①対象の小・中学校区内に居住する平成27年度新入生・在校生②原則として卒業まで通学する③通学距離が小学

中学校	陽西	城山
		旭
	陽東	清原
		横川
		瑞穂野
	横川	瑞穂野
		田原
	豊郷	河内
		鬼怒
	古里	河内
古里		

小学校	姿川第一	緑が丘
		姿川中央
		陽光
	陽東	新田
		平石中央
	御幸が原	平石北
		海道
	瑞穂台	瑞穂野北
		瑞穂野南
	岡本西	海道
海道		

小学校	明保	城山東
		城山東
		瑞穂野南
	横川中央	築瀬
		峰
	横川東	石井
		瑞穂野北
	豊郷中央	豊郷北
		海道
	豊郷南	海道
国本中央		国本西

小学校	新入学・転入学先	中央
		西
	泉が丘	御幸
		平石北
	石井	豊郷南
		平石中央
	御幸	瑞穂野北
		平石北

本文中に記載がないものは、原則として、対象どなたでも、費用無料、申込不要。☎ホームページ、☑地域自治センター、☒地区市民センター、☓出張所、☒生涯学習センター、☒ごみや表参道スクエア、☒地域コミュニケーションセンター、☒市民活動センター

校は4キロメートル以内、中学校は6キロメートル以内④通学は保護者の負担と責任による。

▽申込 平成27年1月15日までに、直接、学校管理課(市役所13階)または教育企画課(市役所13階)へ。
▽その他 定員など、詳しくは教育企画課 ☎(632) 2707、学校管理課 ☎(632) 2723へ。

小規模特認校の清原北小・城山西小で入学児童を募集

少人数(20人程度)による教育の良さを生かした特色ある教育活動を行う小規模特認校に、市内全域から通学することができます。小規模特認校では、外国人講師などによる実践的なコミュニケーション力の育成を目指した教育や、保護者と地域の連携による、放課後と長期休業中の児童預かりを実施しています。

▽清原北小学校の特長 ①個性を伸ばし、確かな学力を身に付けます②少人数指導・問題解決的学習③共に生きる仲間を育てます④人と伝統、自然環境と触れ合

う活動・縦割り班活動③健康な体をつくります④体力、健康、食育を統合した健康指導・ランチルーム給食。

▽城西小小学校の特長 ①「学習の基礎・基本」・「英会話力」・「基礎体力」向上のためのプログラムを全教職員で継続指導②文化人による「書」「彫塑」「箏」「ダンス」の授業③恵まれた自然環境を活用し、栽培・調理・食味を一体化した食農教育。

▽申込 平成27年1月15日までに、直接、学校管理課または教育企画課へ。申し込み前に学校見学が必要です。

▽その他 定員・入学要件など詳しくは、教育企画課 ☎(632) 2707、学校管理課 ☎(632) 2723へ。

就学指定校の変更について

児童・生徒の皆さんが就学する小・中学校は、通学距離や学校の規模などを考慮して設定した通学区域をもとに、住所によって指定されていますが、児童・生徒の個々の状況などにより、特例として就学指定校の変

更を認める場合があります。許可基準や申請場所、必要書類などについて、詳しくは学校管理課 ☎(632) 2724へ。

外国籍の子どもの就学について

外国籍の子どもが市立の小・中学校に就学を希望する場合には、編入学の手続きが必要ですが、日本語に不安のある子どもには言葉などを教える教室もありま

市内に避難している家庭で平成27年度に小学校へ入学する子どもの就学相談

東日本大震災と、それに伴う原発事故の影響により、住民票を異動せず市内に避難している家庭で、平成27年度に小学校へ入学する子どもの就学相談を受け付けています。

▽対象 市内の学校へ入学を希望し、平成27年度に小学1年生となる子どもの保護者。

④学校管理課 ☎(632) 2724

◎就学時健康診断を実施 平成27年4月に小学校入学予定の子どもを対象に、健康診断を実施します。期間は、10月21日～11月27日ですが、実施日は小学校ごとに異なります。対象者には、9月中旬に実施日や実施会場を掲載している通知を送付しました。なお、日程などについて、詳しくは、市☎(632) 2756

11月の乳幼児健康診査

各健康診査とも、対象の子どもにお知らせを送付します。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。

■ 4カ月児・10カ月児の乳児健康診査

▽受診方法 生後2カ月、9カ月時に送付するお知らせをご覧くださいの上、指定の医療機関で受診してください。

■ 2歳5カ月児の歯科健康診査

受付時間：午後1時～2時30分

期 日	会 場	対 象
6日(木)・7日(金)・13日(木)・20日(木)・25日(火)	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	平成24年6月生まれ

▽受診方法 2歳3カ月になる月の上旬に送付するお知らせをご覧くださいの上、当日会場へ。

■ 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			
対 象	平成25年4月生まれ	平成23年10月生まれ			
会 場	11月	11月	保健所(竹林町)	14日(金)	7日(金)
				20日(木)	27日(木)
			市保健センター	11日(火)	18日(火)
			平石区	21日(金)	6日(木)
			横川区	19日(水)	11日(火)
			城山区	6日(木)	20日(木)
			姿川区	7日(金)	21日(金)
			南図書館	5日(水)	12日(水)
			河内保健センター	13日(木)	26日(水)
上河内保健センター		19日(水)			

▽受診方法 1歳6カ月、3歳0カ月になる月の上旬に送付するお知らせをご覧くださいの上、当日会場へ。

▽持ち物 母子健康手帳。

☎子ども家庭課 ☎(632)2388

子どもの定期予防接種

市内に住民登録があり、右の表の対象年齢の範囲内であれば無料で予防接種を受けることができます。

▽ヒブ・小児用肺炎球菌は、接種開始年齢によって接種回数・間隔が異なります。詳しくは、保健予防課にお問い合わせください。

▽三種混合と不活化ポリオを接種していない子どもは、原則四種混合を接種し、三種混合と不活化ポリオを接種する必要はありません。すでに三種混合または不活化ポリオを接種している子どもは最後まで同じワクチンを接種し、四種混合を接種する必要はありません。いずれも1回目・2回目・3回目の接種間隔は3週間以上8週間未満、4回目は3回目終了後12カ月以上18カ月未満の間隔を空けて接種します。

▽麻しん・風しんの予防接種は、原則、麻しん風しん混合での接種となります。▽日本脳炎の1回目・2回目の接種間隔は1週間以上4週間未満、3回目は2回目終了後、約1年後に接種します。

▽子宮頸がん予防接種は、接種後に特異な副反応が見られることから、国の勧告に基づき、接種のお勧めを中止しています。接種を希望する人は、この現状を踏まえた上で、医療機関備え付けの副反応リーフレットをよく読んでから判断してください。

☎保健予防課 ☎(626)1114

予防接種	対象年齢 (標準的接種年齢)	10月から新たに標準的 接種年齢となる子ども	接種 回数
ヒブ	生後2カ月以上5歳未満 (生後2カ月以上7カ月未満)	平成26年8月生まれで 満2カ月になった日から	1～4
小児用 肺炎球菌	生後2カ月以上5歳未満 (生後2カ月以上7カ月未満)	平成26年8月生まれで 満2カ月になった日から	1～4
四種混合または 三種混合と ポリオ	1期 生後3カ月以上7歳6カ月未満 (生後3カ月以上12カ月未満)	平成26年7月生まれで 満3カ月になった日から	4
二種混合	2期 11歳以上13歳未満 (11歳)	平成15年10月生まれで 誕生日から	1
BCG	1歳未満 (生後5カ月以上8カ月未満)	平成26年5月生まれで 満5カ月になった日から	1
水痘	生後12カ月以上36カ月未満 (生後12カ月以上15カ月未満)	平成25年10月生まれで 誕生日から	2
麻しん 風しん混合 または 麻しんと 風しん	1期 生後12カ月以上24カ月未満	平成25年10月生まれで 誕生日から	1
	2期 小学校に入学する前の年度の4月1日から3月31日まで(年長児)。 平成20年4月2日～平成21年4月1日生まれ		1
日本脳炎	1期 生後6カ月以上7歳6カ月未満 (3歳)	平成23年10月生まれ で誕生日から	3
	2期 9歳以上13歳未満 (9歳)	平成17年10月生まれで 誕生日から	1
	特例 平成7年4月2日～平成19年4月1日生まれで、 全4回の接種が未完了の場合は、20歳未満の間		残り 回数
子宮頸がん	小学6年生から高校1年生相当までの女子 (中学1年生相当)		3

◎10月19日(第3日曜日)は「家庭の日」 未来を担う宮っ子が、心身ともに健やかに成長できるよう、「ふれあいのある家庭づくり」に取り組み日です。家族でおいしいものを食べたり、絵を描いたりして、食欲の秋・芸術の秋を満喫してみたいはいかがでしょう。この機会に家族の絆を深めましょう。☎子ども未来課 ☎(632)2944

