



うつのみやの イベント

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	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①4月16日(火)午前10時～正午②午後1時30分～3時30分③4月23日(火)午前10時～正午 会東市民活動センター 対市内在住か通勤者または市内への就職を希望する人 定各先着24人 申4月3日から、市HPで 商工振興課 ☎(632)2446
2	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4月23日(火)午後1時30分～3時30分 会東市民活動センター 対おおむね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 定各先着24人 申4月3日から、市HPで 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	春の健康教室 図書館HP	日4月19日(金)午前10時30分～11時30分 会河内図書館 定先着10人 申4月5日午前9時30分から、直接または電話で 商河内図書館 ☎(673)6782
2	平日エクササイズデビュー教室 ID 1004463 自宅で手軽にできる筋力運動や食生活に関する講話など	日4月23・30日、5月7・14・21・28日。午前10時～正午。全6回 会市保健センター 対市内在住の運動制限のない30～64歳以下の人で運動習慣のない人 定先着10人 申4月4日から、電話か市HPで 商市保健センター ☎(627)6666
3	健康講座 ID 1016460 ラジオ体操を学び直すなど健康を保つための知識・運動を学ぶ	日5月16・30日(木)、午前10時～正午、全2回 会南(運) 対市内在住か通勤通学する18歳以上の人 定抽選20人 申4月15日(必着)までに、直接またははがき・Eメールで 商南(運) ☎(645)0006
4	健康づくり栄養教室 カラダよろこぶおうちごはん ID 1020988 ¥ 管理栄養士による講話と調理実習	日5月24日(金)午前10時～午後1時 会市保健センター 対市内在住のおおむね30～74歳以下の人 定先着20人 申4月4日から、電話か市HPで 商市保健センター ☎(627)6666



文化・教養

NO.	タイトル・内容 (市HPのID)	日時・会場など
1	東図書館のよるとしよ 図書館HP 土を使わない寄せ植え体験	日5月4日(土・祝)午後6時30分～8時 会東図書館 定先着20人 申4月20日午後1時から、図書館HPで 商東図書館 ☎(638)5614
2	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5月12日(日)午前9時～11時 会東消防署 対市内在住か通勤通学者 定先着30人 申4月8日午前8時30分から、市HPで 商警防課 ☎(625)3008
3	講座企画・運営ボランティアスタッフ(Vスタッフ)養成講座 ID 1034071 講座の企画や運営方法の講義、グループワークや講座の企画、立案、運営	日5月15日～11月下旬の原則水曜日。午後1時30分～4時。ただし、7月3日までは毎週実施 会人材かがやきセンター他 対市内在住か通勤通学者 定先着15人 申4月26日までに、直接または市HP、電話、送付・ファクスで 商人材かがやきセンター ☎(632)6332
4	ふれあい塾 ID 1015933 豊かな人生を送るために幅広い分野の教養を身に付ける	日5月21日、6月18日、7月16日、8月20日、9月17日、10月15日、11月19日、12月17日。午前10時～正午。全8回 会東(運) 対市内在住か通勤通学する18歳以上の人 定抽選70人 申4月12日(必着)までに、直接またははがき・Eメールで 商東(運) ☎(638)5782
5	修道館アカデミー 「心の花が開いたら新しさに蝶戦しよう、花と昆虫の助け合い、それを支える土壌動物って何ですか」 ID 1006452 栃木県の動物や食物の分布、お互いの関わりから、本県の自然環境を学ぶ大人の学習講座	日6月4・11・25日、7月2日。午前10時～正午。全4回 会中央(運) 対市内在住か通勤通学する20歳以上の人 定抽選40人 申4月19日(必着)までに、直接またははがき・Eメールで 商中央(運) ☎(632)6331



▲宮っこ子育てアプリ



▲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^{ライン}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、生=生涯学習センター、有=有料

NO.	タイトル・内容 (市HPのID)	日時・会場など
6	緑化ボランティア養成講座 ID 1005738 ①植物の効用、園芸のコツ、花苗の育て方、寄せ植えの作り方などを学ぶ②公園内花壇の植栽および整備	日①6月5・12・19日、7月3・10・17日。午前9時30分～正午②6月6日～9月30日会①中央区②市内公園内花壇対市内在住か通勤通学していて、講座修了後に緑化ボランティアに登録し、地域や公共施設で緑化活動をできる人定先着24人申4月3～19日に、電話で問景観みどり課☎(632)2597

子ども・子育て

NO.	タイトル・内容 (市HPのID)	日時・会場など
1	0歳からの親子で学ぶ性教育 第1回「男の子の性教育・男の子の悩みベスト3」図書館HP 親子で見て触って考える体験型性教育講座	日4月19日(金)午後6時30分～7時45分会南図書館対中学・高校生以上定先着30人申4月12日午後2時から、電話で問南図書館☎(653)7609
2	火山灰は宝宝箱 図書館HP	日4月21日(日)午後2時～3時30分会上河内図書館対小学生(小学1～4年生は保護者同伴)定先着15人申4月5日午後3時30分から、直接または電話で問上河内図書館☎(674)1123
3	すくすく子育て応援講座(前期) ID 1016461 抱っこセラピー、リズム遊び、ハワイアンリトミック、親子ヨガなど	日5月8日、6月5・26日、7月10日。午前10時～11時30分。全4回会南区②市内在住の乳幼児(おおむね生後4カ月程度～1歳前後)とその保護者定抽選15組申4月10日(必着)までに、直接またははがき・Eメールで問南区☎(645)0006
4	5月の離乳食教室 ID 1013510 栄養士などによる離乳食(初期)の進め方や、生活リズムなど	日①5月9日②5月17日。午前10時～11時①平石区②市保健センター対市内在住で、これから離乳食を始める、受講時生後4～6カ月の乳児とその保護者。①保護者1人まで②保護者2人まで。第1子の人を優先定①先着12組②先着26組申4月5日午前9時から①5月4日②5月12日までに、宮っこ子育てアプリで問子ども支援課☎(632)2388
5	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やレシピの紹介	日5月12日(日)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25組申4月5日午前9時30分～5月7日に、宮っこ子育てアプリで問市保健センター☎(627)6666
6	子育て広場 ID 1006448 リトミック、クラシックコンサート、3B体操などを通して、親子のふれあいを深める。親子同士の交流を育む	日5月15日、7月17日、8月21日、9月18日、11月20日、12月18日。午前10時～正午。全6回会中央区②市内在住の乳幼児とその保護者定抽選30組申4月12日までに、直接またはEメールで問中央区☎(632)6331
7	ともそだち広場 ID 1026638 季節の行事や歌・リズム遊びや体操	日5月15日～令和7年1月27日、午前10時～正午。全8回会城山区②市内在住の0～3歳児程度の乳幼児とその保護者定先着15組申4月11日午前8時30分から、直接または電話で問城山区☎(652)4794
8	5月のママパパ学級 ID 1004360 出産・育児に向けての心得と赤ちゃんのいる生活、赤ちゃんのお風呂など	日①5月18日②5月20日③5月26日。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①③各先着30組②先着15組申4月5日午前9時30分から①5月13日②5月15日③5月21日までに、宮っこ子育てアプリで問市保健センター☎(627)6666
9	戸祭山緑地で親子自然探検隊 ID 1032819 有 カブトムシ幼虫探し、アメリカザリガニ釣り、ミミズ・土の中の生き物観察など、生物多様性を親子で学ぶ	日5月18日、6月29日、9月21日、10月19日、令和7年1月18日。午前9時30分～正午。全5回会戸祭山緑地対小学生以下の子どもとその保護者定抽選15組申4月22日までに、市HPまたはEメールで問北区☎(621)7745
10	すくすく子育て講座 ID 1021236 ビート体操、ベビトレヨガ、フィットネス、人形劇、子育て相談など	日5月23日、6月13・27日、7月11日 午前10時～正午。全4回会東区②市内在住の1～2歳児とその保護者定抽選30組申4月19日(必着)までに、直接またはEメールで問東区☎(638)5782
11	すくすく子育て ID 1006460 リトミックや人形劇など	日6月12日、7月10日、8月21日、9月13日、10月16日、12月11日。午前10時～正午。全6回会西区②市内在住か通園する1～3歳児とその保護者定抽選15組申4月10～24日(消印有効)に、はがきまたはEメールで問西区☎(648)7480
12	親子トライ&ゴー ID 1006460 有 親子の絆を深める	日6月15日、7月20日、8月24日、9月28日、10月19日。午前10時～正午。全5回会西区②市内在住か通学する小学校1～3年生とその保護者定抽選15組申4月12～25日(消印有効)に、はがきまたはEメールで問西区☎(648)7480



行ってみよう！市内の催し



一般向け=オレンジ



子ども向け=ピンク

開催月	タイトル・内容 (市HPのID)	日時・会場など
4月	食育情報コーナー ID 1004752 「食事のリズムを整えよう」がテーマのパネル展示、パンフレットの配布など	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。最終入館は午後4時30分 会 市保健センター 市 市保健センター ☎ (627)6666
	旧篠原家住宅 「五月人形」の展示 ID 1018842 ¥	4月9日～5月6日、午前9時～午後5時 会 旧篠原家住宅 市 文化都市推進課 ☎ (632)2766、旧篠原家住宅 ☎ (624)2200
	うんめ〜べ朝市 ID 1014347 水産物や水産加工品、菓子・乾物、野菜・果物などの販売	4月13日(土)午前8時～10時 会 中央卸売市場 市 関連卸商協同組合 ☎ (637)6811、中央卸売市場 ☎ (637)6042
	月釜(お茶会) ID 1007432 ¥ 茶道宗門	4月14日(日)午前11時～午後3時 会 清明館 市 文化都市推進課 ☎ (632)2763
	日本映画劇場 図書館HP 「天使のいる図書館」	①4月19日(金)午前10時～②4月20日(土)午後2時～ 会 東図書館 定 先着50人 市 視聴覚ライブラリー ☎ (638)5704
	20世紀名画座 図書館HP 「見知らぬ乗客」	①4月19日(金)午後2時～②4月20日(土)午前10時～ 会 東図書館 定 先着50人 市 視聴覚ライブラリー ☎ (638)5704
	春の山野草展 宇都宮山野草愛好会による、春の山野草の寄せ植えなどを展示	4月20～21日、午前9時～午後4時 会 養護老人ホームアオーラ而今 市 景観みどり課 ☎ (632)2597
	鶴田沼緑地「サトイモの植付けから収穫までを通し、里山の循環型農業を体験しよう」 ID 1005688 ¥	植え付け=4月21日(日)午前9時～正午、収穫=12月15日(日)午前9時～正午 会 鶴田沼緑地 定 先着10組 市 4月4日から、電話で 市 グリーントラストうつのみや事務局(景観みどり課内) ☎ (632)2559
	手打ちうどん・いちごジャムづくりにチャレンジ ID 1026887 ¥	4月21日(日)午前9時～午後1時 会 篠井農産加工所 市 市内在住者。中学生以下は保護者同伴 定 抽選20人。最少催行人数10人 市 4月12日(必着)までに、往復はがきで 市 篠井農産加工所 ☎ 080(9050)2515、観光MICE推進課 ☎ (632)2456
	アニメ映画会 図書館HP 「ねぎぼうずのあさたろう」謎のゆうれい屋敷、おまんじゅうは恋の味	4月21日(日)①午前10時30分～②午後2時～ 会 東図書館 定 先着50人 市 視聴覚ライブラリー ☎ (638)5704
	清明台階2階を特別開放 ID 1007296	4月21日(日)午前11時～午後2時。雨天中止 会 宇都宮城址公園 市 公園管理課 ☎ (632)2989
	南図書館名作映画会 「ゼロからの風」 図書館HP	4月21日(日)午後2時～3時50分 会 南図書館 定 先着300人 市 南図書館 ☎ (653)7609
	宇都宮シティガイドの街なかツアー ID 1035538 ¥ ①大谷奇岩群と日本遺産を歩く②滝の原地区を巡る・散策③ゆっくり宮散歩・寺町周辺を歩く	①4月26日②5月8日、午前9時30分～午後0時30分。③5月9日午前9時30分～11時30分 会 ①大谷市営駐車場集合②文化会館集合③JR宇都宮駅集合 定 各抽選20人 市 4月11日までに、往復はがきで 市 うつのみやシティガイド協会①② ☎ 090(5411)8667③ ☎ 090(1664)9038、観光MICE推進課 ☎ (632)2456
	本のおたのしみ袋 図書館HP	4月27日(土)午前9時30分～ 会 河内図書館 市 ①幼児②小学1～3年生③小学4～6年生 定 各先着5人 市 河内図書館 ☎ (673)6782
親子で弓矢体験 ID 1018858 飛山城史跡公園で矢を射る体験と模範演技の見学	4月27日(土)午前10時～正午 会 飛山城史跡公園 市 市内在住の小中学生とその保護者 定 先着12組 市 4月13日午前9時から直接または電話で 市 とびやま歴史体験館 ☎ (667)9400	
出前映画会 図書館HP 「サクラサク」	4月27日(土)午後1時30分～ 会 国本(区) 定 先着50人 市 視聴覚ライブラリー ☎ (638)5704	
春の長岡の森観察会 ID 1005688 ¥ 長岡樹林地の散策と、春の植物観察会	4月28日(日)午前9時～正午 会 長岡樹林地 定 先着8組 市 4月4日から、電話で 市 グリーントラストうつのみや事務局(景観みどり課内) ☎ (632)2559	
5月	戸祭山緑地のハルゼミ観察会 ID 1005688 ¥ 戸祭山緑地の散策とハルゼミ観察会	5月5日(日・祝)午前9時～正午 会 戸祭山緑地 定 先着8組 市 4月4日から、電話で 市 グリーントラストうつのみや事務局(景観みどり課内) ☎ (632)2559
	第12回南としょかん子どもフェスティバル 図書館HP	5月5日(日・祝)午前9時30分～午後3時30分 会 南図書館 市 0歳～未就学児 市 南図書館 ☎ (653)7609
	うつのみや百景新緑バスツアー ID 1030892 「うつのみや百景」の新緑が美しいスポットを巡るバスツアー	5月10日(金)午前9時～午後4時 市 市内在住か通勤通学者 定 抽選40人(応募は1グループ4人まで) 市 昼食は実費 市 4月12日までに、市HPか往復はがきで 市 景観みどり課 ☎ (632)2558
	春の文化財めぐり ID 1018648	5月11日(土)午前9時～午後3時 会 うつのみや遺跡の広場、塚山古墳群、笹塚古墳 市 市内在住者 定 抽選30人 市 4月19日(必着)までに、往復はがきで 市 文化都市推進課 ☎ (632)2766
	チャレンジ自然inかわち田植え(昼食付き) ID 1035539 ¥	5月12日(日)午前9時30分～ 会 河内農村体験交流館 市 市内在住の親子 定 抽選30人 市 4月19日までに、はがきで 市 農業企画課 ☎ (632)2474

市内施設のイベントはこちらをご覧ください

茂原健康交流センター トライ東

一般 子ども
●健康・スポーツ
●文化・教養



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



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



あそぼの家

子ども
●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



オリオンスクエア

一般 子ども
●イベント



道の駅うつのみやろまんちっく村 八幡山公園

一般 子ども
●イベント



子ども
●子ども・子育て
●イベント



市文化会館

一般
●文化・教養
●イベント



宇都宮美術館

一般 子ども
●文化・教養
●イベント



妖精ミュージアム

一般
●文化・教養



宇都宮スポーツナビ

一般 子ども
●健康・スポーツ



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(4月)

1～5日

- ▼世界自閉症啓発デーパネル展 ④子ども発達センター ☎(647)4720
- ▼みやの創造提案・実践事業 パネル展示 ④環境創造課 ☎(632)2409

8～12日

- ▼令和5年度宇都宮市表彰受賞者パネル展示 ④秘書課 ☎(632)2005
- ▼国指定史跡根古谷台遺跡パネル展示 ④文化都市推進課 ☎(632)2766

18～26日

- ▼宇都宮観光フォトコンテスト作品展 ④観光MICE推進課 ☎(632)2456
- 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(4月)

■市保健センター ☎(627)6666

▼3・10・17・24・29日。

■茂原健康交流センター ☎(654)2815

▼1・8・15・22・30日。

■環境学習センター ☎(655)6030

▼毎週月曜日。

■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

▼毎週月曜日。

■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・15・22・30日。

■中央図書館 ☎(636)0231

▼1・5・12・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・15・22・30日。

■妖精ミュージアム ☎(616)1573

▼1日。

■市文化会館 ☎(636)2121

▼1・15日。

■宇都宮美術館 ☎(643)0100

▼1・8・15・22・30日。

■八幡山公園(宇都宮タワーとゴーカート) ☎(624)0642

▼8・15・22・30日。

■岡本児童館 ☎(673)2006、田原児童館 ☎(672)4001、白沢児童館 ☎(671)0404

▼29日。

■あそぼの家 ☎(663)3245

▼29日。

宇都宮競輪(4月) 東戸祭1丁目2-7 ☎(625)0100



▲宇都宮競輪HP

■本場発売

▼第46回報知新聞杯 関東カップ(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。



宇都宮ブリッツェン

④サイクルスポーツマネジメント ☎(611)3993 (期日・大会名)

▼14日 チャレンジサイクルロードレース(静岡県)。

▼20・21日 東日本ロードクラシック(群馬県)。



宇都宮ブレックス ④栃木ブレックス ☎(612)6735

(ホームゲーム)日時・対戦相手

▼6・7日、午後3時5分～ 秋田ノーザンハピネッツ(ブレックスアリーナ宇都宮)。

▼10日午後7時25分～ 群馬クレインサンダーズ(ブレックスアリーナ宇都宮)。

▼17日午後7時25分～ 仙台89ERS(日環アリーナ栃木)。

▼20・21日、午後3時5分～ アルバルク東京(日環アリーナ栃木)。

プロスポーツ試合日程(4月)



▲栃木SCHP



▲宇都宮ブリッツェンHP



▲宇都宮ブレックスHP



▲栃木ゴールドンブレーブスHP



栃木SC ④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)

▼7日午後2時～ レノファ山口FC。

▼28日午後2時～ いわきFC。



栃木ゴールドンブレーブス

④栃木県民球団 ☎0296(34)6030

(ホームゲーム エイジックスタジアム)日時・対戦相手

▼6日午後1時30分～ 福島レッドホープス。