

催し

ヘルマン・ヘッセ著
「少年の日の思い出」
講演会

- ▼日時 9月11日(日)午後2時～3時30分。
- ▼会場 中央図書館(明保野町)。
- ▼内容 「本の虫、虫の本」と題した、「少年の日の思い出」の翻訳者である岡田朝雄さん(東洋大学名誉教授)による講演。
- ▼定員 先着30人。
- ▼申込開始 8月8日午前9時30分。

▼申込方法 直接または電話で、中央図書館☎(636)0231へ。

季節を感じながら巡る
うつつのみや百景ツアー

- ▼日時 9月8日(木)午前9時30分～正午。雨天決行。
- ▼コース うつつのみや文化の森駐車場(長岡町・集合)～瓦塚古墳群遊歩道～長岡百穴～まほろばの道～うつつのみや文化の森駐車場(解散)。全行程約3.5kmを徒歩で移動。コース変更の場合あり。
- ▼対象 市内在住か通勤通学者。小学生以下は保護者同伴。

- ▼定員 抽選15人。
- ▼申込期限 8月19日(必着)。
- ▼申込方法 申し込みフォームURL1に必要事項を入力するか、往復はがきの往信にツアー名・参加者全員の画を、返信に代表者の郵便番号・住所・氏名を書き、〒320-8540市役所景観みどり課☎(632)2568へ。申し込みは、1グループ1通限り4人まで。



▲申し込みフォーム

- ▼その他 うつつのみやシティガイド協会の解説付き。

宇都宮の歴史を学ぼう
歴史講演会

- ▼日時 8月28日(日)午前10時～11時30分。
- ▼会場 県総合文化センター(本町)。
- ▼内容 江田都夫さん(宇都宮短期大学人間福祉学科教授)による、「戦国の城郭都市・宇都宮多気」をテーマにした講演。
- ▼定員 先着150人。
- ▼費用 500円(資料代など)。ただし、「よみがえれ!宇都宮城」市民の会正会員は無料。当日の入会可。
- ▼申込期限 8月17日(必着)。
- ▼申込方法 電話またはファックス・Eメール:はがき(画を明記)で、

大会前日開催

ジャパンカップのコース
走ってみませんか



- ▼期日 10月15日(土)。
- ▼会場 森林公園(福岡町)周辺周回コース。
- ▼内容など 下の表の通り。
- ▼申込期限 9月5日。
- ▼申込方法 ジャパンカップ公式HP URL2の申し込みフォームに必要事項を入力。
- 問 ジャパンカップ実行委員会事務局(都市魅力創造課内)☎(632)2736



▲ジャパンカップ公式HP

コース名	距離	内容・対象・定員	費用(参加費)
オープニングルーラー	10.3km (10.3km×1周)	ジャパンカップコースの走行体験 先着350人	3,000円
チャレンジレース	20.6km (10.3km×2周)	JCF登録競技者によるタイムレース 先着300人	5,000円 臨時登録者=7,000円
オープンレース	男子=72.1km (10.3km×7周) 女子=30.9km (10.3km×3周)	JCF登録競技者によるタイムレース 男子=先着300人 女子=先着100人	5,000円

文化財めぐり
宇都宮の建造物

- ▼日時 9月3日(土)午前8時30分～午後0時30分。雨天決行。
- ▼コース 市役所(集合)～岡本家住宅(民話語りを含む)～智賀都神社～野口雨情旧居～市役所(解散)。全行程をバスで移動。
- ▼対象 市内在住者。

問「よみがえれ!宇都宮城」市民の会事務局(公園管理課内)☎(632)2989
ya.tochigi.jp

教室・講座

オトナ世代を楽しむために
宮ミドル世代の勉強室

- ▼日時 ①9月2日②9月9日③9月16日、午後7時～8時30分。全3回。
- ▼会場 ①③人材かがやきセンター(中央区内・中央1丁目)②中



うつのみや百人一首市民大会 参加者募集

ID 1007385

☎うつのみや百人一首市民大会実行委員会事務局
(文化課内) ☎(632) 2763

- ▼日時 11月20日(日) 午前8時30分～。午前8時～受け付け。
- ▼会場 ブレックスアリーナ宇都宮(市体育館)。
- ▼競技区分 下の表の通り。なお、小中学生部門は、例年の開催方法から変更があります。

	部門・競技方法	競技人数	登録人数
団体戦	小学1～3年生(チラシ戦)	各3人	各3～5人
	小学4～6年生(チラシ戦)		
	中学生(チラシ戦)		
	高校生(競技かるた形式)		
	ファミリー(チラシ戦)		
	ファミリー初級(チラシ戦)		
個人戦 (※)	経験者(競技かるた形式)	各1人	
	初心者(競技かるた形式)		

※個人戦は同レベルで対戦ができるよう配慮します。経験者=学校やその他、団体などで1年以上継続的に百人一首の練習をしている人。初心者=百人一首の経験が1年未満の人。

- ▼対象 原則、市内在住か通勤通学者。
- ▼申込期限 9月13日(必着)。
- ▼申込方法 市庁の申し込みフォームに必要事項を入力するか、参加申込書(市庁から取り出し可)に必要事項を書き、直接または送付・ファクス・Eメールで、〒320-8540うつのみや百人一首市民大会実行委員会事務局(文化課内) ☎(632) 2763、FAX(632) 2765、✉u4607@city.utsunomiya.tochigi.jpへ。なお、団体戦(小学生・中学生・高校生)は学校単位でお申し込みください。



▲市庁



▲申し込みフォーム

央運(中央1丁目)。
▼内容 ①小浜駿さん(宇都宮共
和大学専任講師)による「人生の
転換期におけるポジティブ心理学
を使った対処法」についての講話
②向吉利洋さん(ベルモールスポ
ーツクラブフィットネス支配
人)による「ミドル世代のライフ
スタイルに沿った運動の実践・リ
フレキシユ方法」についての講話
と体験③佐藤真規子さん(フィッ
トネスサポートOne健康運動指
導士)による「ミドル世代の健康

ダイエツトのための食べ方のコツ
とストレッチ」についての講話と
体験。
▼対象 市内在住か通勤通学者
18歳以上の人。おむね40～50代。
▼定員 抽選30人。
▼申込期限 8月19日(必着)。
▼申込方法 申し込み
みフォームURL3に必要
事項を入力するか、
直接または電話・送付・ファクス・
Eメール(☎を明記)で、〒320-0806中
央1丁目1-13、人材かがやきセ

ンター(中央運4階) ☎(632) 6332、FAX(632) 6336、✉manab
ee@city.utsunomiya.tochigi.jpへ。
目的・体力に応じた運動で
あなたの健康を応援
スポーツ健康体力相談

▼その他 詳しくは、市社協ボラ
ンティアセンター☎URL4を
ご覧になるか、市社協協議会へお問
い合わせください。
講座企画・
運営ボランティアスタッフ
企画講座「戦争の記憶」
ID 1029624

▼日時 9月20・27日(火)、午後
1時30分～3時。
▼会場 ブレックスアリーナ宇都
宮(元今泉5丁目・市体育館)。
▼対象 16歳以上の人。
▼定員 各先着12人。
▼費用 500円(参加費)。
▼申込開始 8月4日午前9時。
▼申込方法 電話で、市スポ
ーツ振興財団☎(663) 1611へ。

▼日時 8月29日(月)午後1時30
分～3時30分。
▼会場 市役所14階大会議室。
▼内容 「戦争の記憶 捕虜収容
所長だった祖父の記憶が、現代に
問いかけること」と題した、小暮
聡子さん(ニューズウィーク日本
版記者)による、終戦から77年と
なり、戦争の記憶を次の世代にど
う伝えていくのかを考える講座。
▼対象 市内在住か通勤通学者。
▼定員 抽選60人。
▼申込期限 8月17日(消印有効)。
▼申込方法 申し込み
みフォームURL5に必要
事項を入力するか、
直接または電話・郵送・ファクス・
Eメール(☎を明記)で、〒320-0806
中央1丁目1-13、人材かがやき
センター(中央運内) ☎(632) 6332、
FAX(632) 6336、✉mana
bee@city.utsunomiya.tochigi.jp
へ。



▲申し込みフォーム

▼日時 9月6・13・20日、午前
10時～午後3時。全3回。
▼会場 市総合福祉センター(中
央1丁目)。
▼対象 市内在住か通勤通学者
18歳以上の人。
▼定員 先着20人。最少催行人数
10人。
▼申込開始 8月8日。
▼申込方法 電話で、市社会福祉
協議会☎(636) 1285へ。

▼日時 9月6・13・20日、午前
10時～午後3時。全3回。
▼会場 市総合福祉センター(中
央1丁目)。
▼対象 市内在住か通勤通学者
18歳以上の人。
▼定員 先着20人。最少催行人数
10人。
▼申込開始 8月8日。
▼申込方法 電話で、市社会福祉
協議会☎(636) 1285へ。

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。☎=地区市民センター、☎=出張所、☎=生涯学習センター、☎=申込時に記載する基本項目は、催し名・郵便番号・住所・氏名・ふりがな・電話番号・人数。

教室・講座

令和4年度
観光ボランティアガイド
養成講座

- ▼日時 9月15日～11月17日の毎週木曜日。8回目のみ11月2日。午前9時～正午。全10回。
- ▼会場 中央運(中央1丁目)他。
- ▼内容 宇都宮の観光スポットなどを学び、案内する練習。
- ▼対象 市内在住で観光ボランティアガイドとして活動する意欲のある人。
- ▼定員 先着20人。
- ▼申込期間 8月2～19日。
- ▼申込方法 電話で、おもてなし推進委員会(観光交流課内) ☎(632)2437へ。

サン・アビリティーズ
(屋板町)で絵手紙教室



- ▼日時 9月13日、10月18日、11月8日。午後1時30分～3時30分。全3回。
- ▼対象 障がいのある人を優先。

- ▼定員 先着10人。
- ▼費用 300円(材料費)。

- ▼申込開始 8月3日午前9時。
 - ▼申込方法 直接または電話・ファクス(☎を明記)で、サン・アビリティーズ ☎・FAX(656)1458へ。
- 心も体も健康に
女性向け
各種教室



- 1 プールサイドヨガ
- ▼日時 8月20日(土) 午後5時30分～6時30分。
- ▼内容 みさこさん(ヨガインストラクター)による、屋外で開放的なヨガを楽しむ教室。

- 2 フラダンス教室
- ▼日時 9月2・9・16日、午前11時15分～午後0時15分。全3回。
- ▼内容 近藤晶子さん(モアナ・レア・フラスタジオ講師)による、フラダンスを基礎から学ぶ教室。
- 3 ヨガ教室
- ▼日時 9月7・14・21日、午前9時45分～10時45分。全3回。
- ▼内容 みさこさん(ヨガインストラクター)による、ヨガの動きを基礎から学ぶ教室。
- ▼会場 1 宇都宮駅東公園プール(元今泉5丁目) 2 市スケートセンター(城南3丁目)。

いちご一会とちぎ国体応援

ブレックスアリーナ宇都宮(元今泉5丁目・市体育館)で
スポーツフェスティバル 施設無料開放Day

- ▼日時 9月19日(月・祝) 午前10時～午後4時。トレーニング室は、午前9時～午後5時。
- ▼場所・種目・講師・内容など 下の表の通り。
- ▼持ち物 運動に適した服装と室内用運動靴。7,8 ストレッチマットまたは大判のバスタオル。

- ▼申込方法 1～6,9,10 当日、直接、会場へ7,8 宇都宮スポーツナビ(HP) URL1 に必要事項を入力。申し込みは1講座につき、1人1回まで。
- ☎市スポーツ振興財団 ☎(663)1611



▲宇都宮スポーツナビ(HP)

場所	種目・講師など	内容・対象など	時間
1階ロビー	1 いちご一会とちぎ国体ブース	地元開催の国体を盛り上げよう	午前10時～午後4時
	2 フォトブース	写真を撮ってSNSなどに載せよう	
参加型イベントエリア	主競技場	3 スラックライン・インディアカ・モルック・ニチレクボール	午前10時～午後4時
無料開放エリア		4 バドミントン(6面)	
健康とスポーツエリア	副競技場	5 体組成測定・血圧測定	午前10時～正午
参加型イベントエリア		6 キックターゲット・フリースローチャレンジ・ドッジビーターゲット・輪投げ	午後1時～4時
参加型体験エリア	武道場	7 A.I.さん(フィットネスインストラクター)による運動不足解消トレーニング	7 午前11時～正午
		8 坂内ひろみさん(キッズインストラクター)によるパパ・ママキッズエクササイズ スポフェス特別バージョン	8 午後2時～3時
無料開放エリア	3階	9 卓球(5台)	午前10時～午後4時
	トレーニング室	10 トレーニングエリア	午前9時～午後5時

- 対象 19歳以上の女性。妊娠中の人は参加できません。
- 定員 1 先着20人 2 3 各先着10人。

■費用 1 1000円 2 3 各2400円(参加費)。

■申込開始 8月4日午後1時。

■申込方法 直接または電話で、市スケートセンター ☎(655)6817へ。

お知らせ

市民芸術祭 演劇ワークショップ 参加者募集

▼期日 8月28日(日)。

▼会場 市教育センター(天神1丁目)。

▼内容 田野邦彦さん(劇団「青年団」団員)による演劇ワークショップ。

▼対象 市内在住か通勤通学している16歳以上の人。なお、高校生の場合、保護者の同意が必要。

▼定員 先着30人。

▼費用 2000円(参加費)。

▼申込期限 8月12日(必着)。

▼申込方法 各區・圏に置いてある募集要項に必要事項を書き、直接または送付・ファクスで、〒320

8570 市民芸術祭実行委員会事務局
(市文化会館内) ☎(636)2121、
FAX(635)3593へ。

上河内民俗資料館 写真展で展示する写真を 募集します

▼展示期間 10月8日～11月27日。

▼展示場所 上河内民俗資料館
(中里町・上河内区内)。

▼募集内容 上河内地域の自然や暮らし、伝統文化などの写真。

▼対象 県内在住者。

▼作品の規格 カラーまたは白黒の六つ切り判か、A4判の単写真。自宅プリンター使用可。

▼応募期限 9月17日(必着)。

▼応募方法 上河内民俗資料館、文化課(市役所12階)、上河内区(中里町)に置いてある応募用紙(市Ⓔからも取り出し可)に必要な事項を書き、作品裏面に貼り、直接または送付で、〒321-0414中里町181-13、上河内民俗資料館へ。

1人2点まで応募可。応募作品の返却不可。過去に撮影した写真でも応募可。

▼その他 来館者の投票で、入賞作品を決定します。

問 上河内民俗資料館 ☎(674)3480



宇都宮マラソン大会 参加者募集



宇都宮マラソン大会競技内容

種目			定員
距離	クラス	走者区分	
2km (親子が手をつなぎ同時にゴールする)	1	小学生男女3年生と親のペア	各先着150組
	2	小学生男女2年生と親のペア	
	3	小学生男女1年生と親のペア	
3km	4	小学生女子4～6年生	計先着600人
	5	小学生男子4～6年生	
5km	6	中学生女子	計先着300人
	7	中学生男子	
	8	一般女子	
9	一般男子		
10km	10	一般女子	計先着600人
	11	一般男子	

- ▼日時 11月20日(日)午前9時～。
- ▼会場 清原中央公園(清原工業団地)。コースは清原工業団地内道路。
- ▼種目・定員 右の表の通り。
- ▼対象 県内在住者。
- ▼申込期間 8月15日～9月27日。
- ▼その他 新型コロナウイルス感染症対策のため、変更点があります。申込方法など、詳しくは、宇都宮マラソン大会 [JURL2](http://www.jurl2.com) をご覧ください。なお、費用については、決まり次第、宇都宮マラソン大会 [HP](http://www.jurl2.com) に掲載します。



▲宇都宮マラソン大会 [HP](http://www.jurl2.com)

問 宇都宮マラソン大会実行委員会(市スポーツ振興財団内) ☎(663)1611