



おーい!



やさしい日本語

発行 宇都宮市国際交流プラザ (UIP)
編集 NPO 法人宇都宮市国際交流協会(UCIA)
Tel. 028-616-1563 Fax. 028-616-1568
E-mail: u1820@city.utsunomiya.tochigi.jp
宇都宮市馬場通り 4-1-1 うつのみや表参道コア5階



目次 2 ページ もしものときの救急医療、人間ドック・脳ドックの受診費用の一部を補助
3 ページ 生涯学習センター秋の文化祭など 4 ページ 宇都宮市森林公園のサイクリングターミナルについてなど



にほんごきょうしつ こどものための日本語教室



日本に来たばかりなだけで、子どもが学校に通う前に日本語を教えられるところはないかしら。

「はばたき教室」があるわよ。



「はばたき教室」?

①

「はばたき教室」は、外国から来た子どもたちが簡単な日本語や学校生活のきまりなどを学習する教室です。



②

はばたき教室

□対象

宇都宮市の小・中学校に通う予定がある子ども

□期間や時間

約2か月間、9:00~12:00 まで (土日祝日、夏休み・冬休みなどは休み)

□場所

宇都宮市教育センター3F (宇都宮市天神1-1-24)

□内容

日本語の簡単な会話、ひらがなの読み・書き、学校生活のきまり

□費用

無料 (いりません)

2018年度の予定

☆10月11日 (木)
~12月25日 (火)
☆1月8日 (火)
~3月22日 (金)

③



はばたき教室の場所は、こちらです。



詳しいことや、申し込みたいときはこちらに電話、またはメールしてください。

*** 宇都宮市教育委員会 学校教育課 ***

☎ 028 - 632 - 2797

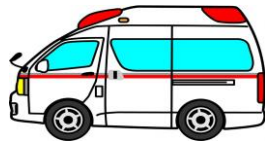
✉ u4602@city.utsunomiya.tochigi.jp



④



1 救急車を利用するのは
こんなとき



- 呼びかけても返事がない（意識がない）
- 呼吸が苦しい、顔が青い、息をしていないようだ
- けいれんが続いている
- 急に上手く話せなくなった、手足が動かなくなった
- 車に跳ねられた
- 高いところから落ち大きなけがをした
- 血がたくさん出ている
- 急な激しい頭の痛み・胸の痛み・腹の痛みがあるなど

2 電話は慌てず正確に



119番にかけたときには、次のことを伝えてください

- ① 「救急です」
- ② 住所・目標になるものをはっきりと言う（携帯電話の場合は必ず市町名を言う）
- ③ 誰がどのような状態か（呼びかけた時の反応や意識の状態など）
- ④ 電話している人の名前と電話番号

3 AED（心臓が止まった人を助ける機械）を設置しています



突然心臓が止まった人を助けるためには、できるだけ早く心臓に電気でショックを与え、心臓の動きを取り戻す必要があります。AEDはこの電気のショックを行うための医療機器です。

AEDは音声メッセージで操作を教えてください、簡単に使えます。

AEDは公共施設・駅・デパート・スポーツ施設など、人が多く集まる施設を中心に設置しています。

市ホームページでは、市内の設置場所や利用できる時間などの情報が見られます。



人間ドック・脳ドックを受ける費用の一部を補助

① 市国民健康保険加入者

- ▽対象 40～74歳で、市税を払っている人
- ▽補助額 特定健診（メタボリックシンドローム（太りすぎていないか）を調べること）と人間ドックあるいは脳ドックを一緒に受ける＝16,339円、人間ドック・脳ドックのみ受ける＝10,000円
- ▽申込 病院に行く前に電話で、「宇都宮市国民健康保険で人間ドックまたは脳ドックの補助を希望します」と伝えて、病院へ

② 後期高齢者医療被保険者

- ▽対象 後期高齢者医療保険料や市税を払っている75歳以上の人
- ▽補助額 10,000円
- ▽申込 詳しくは保険年金課まで
- ※①については、保険年金課☎028-632-2316、②については保険年金課☎028-632-2307 に問い合わせてください。また、受けられる病院が決まっているので、詳しくは問い合わせてください。



しょうがいがくしゅう
生涯学習センター あき ぶん か さい
秋の文化祭



☺ 作品の展示や発表、とれたての野菜などが売っています。身近な地域のお祭りです。
詳しいことは各センターに聞いてください。

- 🕒 10月13日(土)～14日(日) : 清原生涯学習センター(☎667-5696)
 10月20日(土)～21日(日) : 河内生涯学習センター(☎671-3201)
 10月26日(金)～28日(日) : 中央生涯学習センター(☎632-6331)
 10月27日(土)～28日(日) : 東生涯学習センター(☎638-5782)
 11月2日(金) 午後のみ～3日(土) : 篠井生涯学習センター(☎669-2515)
 11月3日(土)～4日(日) : 平石生涯学習センター(☎660-1964)
 横川生涯学習センター(☎656-6452)、城山生涯学習センター(☎652-4794)
 富屋生涯学習センター(☎665-1663)、姿川生涯学習センター(☎658-1594)
 上河内生涯学習センター(☎674-3131)
 11月3日(土)～5日(月) 午前のみ : 南生涯学習センター(☎645-0006)
 11月8日(木)～11日(日) : 豊郷生涯学習センター(☎660-2340)
 11月10日(土)～11日(日) : 国本生涯学習センター(☎665-2942)



うつのみやじょうし
宇都宮城址まつり

- 🕒 10月21日(日) 10:00～15:00
 ☺ ・時代衣装を身に着けての「社参行列」
 ・模擬店の出店
 ・ステージで伝統芸能など
 ¥ 無料
 @ 宇都宮城址公園(本丸町1-15)
 ☎ 「よみがえれ!宇都宮城」市民の会事務局
 028-632-2989

にほんりょうりきょうしつ
日本料理教室



- 🕒 11月18日(日) 10:00～13:00
 ☺ にほんかていりょうり いっしょ つく こうりゅう
 日本家庭料理を一緒に作りながら交流を
 深めましょう! 申し込みは11月5日まで。
 定員 30人(受付順)
 ¥ 700円(材料費)
 @ 市総合コミュニティセンター調理室
 (明保野町7-1)
 ☎ 宇都宮市国際交流協会 028-616-1870



うつのみやぎょうざまつ
宇都宮餃子祭り2018

- 🕒 11月3日(土)～4日(日)
 10:00～16:00
 ☺ 「餃子の町」宇都宮の餃子祭り
 いろいろな餃子を食べてみましょう♪
 ¥ 1皿(3個入り) 100円で販売
 @ 宇都宮城址公園(本丸町1-15)
 ☎ 宇都宮餃子祭り実行委員会
 028-632-2445

こくさいこうりゅう
国際交流サロン♪

ハロウィンのものを身
につけて来てね!

- 🕒 毎月第4土曜日 16:00～18:00
 10月27日 ハロウィンスペシャル
 ☺ いろいろな国の人とたのしく交流する
 イベントです♪
 ¥ 無料
 @ 宇都宮市国際交流プラザ
 ☎ 028-616-1563





うつのみやししんりんこうえん
宇都宮市森林公園のサイクリングターミナル



あき い えば、スポーツの秋だね。今年も、世界のトップクラスの選手の走りが
見られる「2018 ジャパンカップサイクルロードレース」を開催するよ。
10月21日（日）10：00～宇都宮市森林公園が会場だよ。

こちらでは、自転車を借りてサイクリングを楽しめるよ。

＜宇都宮市サイクリングターミナル＞

住所：宇都宮市福岡町1074-1

電話：028-652-4497

利用料金：【一人乗り】310円（高校生以上）150円（中学生以下） / 2時間

【二人乗り】310円（高校生以上）150円（中学生以下） / 1時間

利用時間：4月～10月 9:00～16:30

11月～3月 9:00～16:00

※ 利用券の販売は、終了時間の30分前まで。

広々とした芝生広場で休憩したり、ゆっくり過ごせるよ。
紅葉の時は特におすすめだよ。是非行ってみてね。



宇都宮市国際交流プラザ（UIP）のサービス

外国人のための総合相談



通訳ボランティアサービス

コミュニケーションで困っている
人を支援するため、公的機関（市
役所や入国管理局など）と一緒に
行って、通訳をします。

- ▶ 月～日曜日の8:30-19:00
- ▶ 1回（2時間）2,000円
- ▶ 国際交流プラザで依頼書を書いてください。お金を払って、申し込んでください。

		スペイン語 ポルトガル語	中国語	タイ語	英語
UIP ・028-616-1564	15:00-18:00	月	火	水	金
第4日曜日（予約制）					
市役所 ・028-632-2834	9:00-12:00	木	第2木	—	—
(開設時間のみ)	14:00-17:00	木	—	第2木	第2木
行政書士相談 ・028-616-1564	15:00-17:00	第3月曜日（予約制）			

おーい！はやさしい日本語・英語・中国語・ポルトガル語・タイ語・ベトナム語で発行し、宇都宮市国際交流協会（UCIA）のHP <http://www.ucia.or.jp> で公開しています。過去のおーい！も読めます。

1 ページの挿絵提供：白井 百合香、根本 夏生