

トライ東

だより

2023.2.1 発行
VOL. 159



青少年活動センター<トライ東>は、宇都宮市の青少年の皆さんが教養向上のための各種セミナーや文化活動・交流、仲間づくりの活動の場を提供することを目的としている施設です

#YMCAPINK

Y M C A
P I N K
S H I R T
D A Y

#StaySafe, StayConnected

ピンク色のシャツは「いじめ反対運動」のシンボル

「ピンクシャツデー」は、2007年、カナダの学生2人から始まったいじめ反対運動です。ある日、ピンクのポロシャツを着て登校した少年が「ホモセクシャルだ」といじめられました。それを聞いた先輩2人が50枚のピンクシャツを購入、インターネットで「明日、一緒に学校でピンクのシャツを着よう」と呼びかけました。翌日学校では呼びかけに賛同した数百名の生徒がピンクのシャツや小物を身につけて登校。学校中がピンク色に染まり、いじめが自然となくなったそうです。このエピソードはSNS等で世界中に広まり、今では70カ国以上でいじめに反対する活動が行われています。カナダで最初にこの出来事があった日が、2月の最終水曜日でした。それ以降、2月の最終水曜日に私たちもいじめについて考え、いじめられている人と連帯する思いを表す1日としています。

2月22日(水)は、ピンクシャツデー！！



産後セルフケア体験会2月クラス

運動しながら赤ちゃんとのコミュニケーション！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、日常にすぐ活かせるセルフケアを体験します。

日程:2月22日(水)10:00~11:30
対象:市内在住の令和4年8月22日~令和4年12月22日に
出産した女性と赤ちゃん
定員:先着10組
費用:1,000円
申込み:2月2日(木)午後2時から、電話にて受付開始



親子リトミック 2月クラス

ピアノの演奏に合わせて、リズムに合わせて歌ったり・踊ったり♪
親子で、リトミックを体験してみませんか？

日程:2月28日(火)10:00~10:50
対象:市内在住の未就学児とその保護者
定員:先着10組
費用:500円
申込み:2月7日(火)午後2時から、電話にて受付開始



ひとりで、みんなで楽しく勉強！運動！遊ぼう！ トライスタディールーム

学校の宿題・テスト勉強、自分で学習したい教科。基本は自習形式です。
勉強をする習慣を少しずつ身に付けましょう！
高校生・大学生や大人のお兄さん・お姉さんがそばにいてくれます。

日程:2月1日・8日・15日・22日
16:00~19:00(途中入退室可)
対象:市内在住または在学の小・中学生
費用:無料
参加方法:勉強道具(学習したいテキスト・学校の宿題など)、筆記用具を
持って当日お越しください。(予約不要) ※来館前に検温をして、
マスクをつけてお越しください。



デスクワーク・育児・運動不足で凝り固まった身体をほぐそう！ ストレッチポールレッスン

ストレッチポールを使用して、セルフマッサージをしながら、筋肉をほぐしたり
身体の歪みを整えてみませんか？姿勢が気になる方にもオススメです！

日程:2月26日(日)10:30~12:00
対象:市内に在住または在学・在勤している、中学生以上の方
定員:先着15名
費用:500円
申込み:2月4日(土)午後6時から、電話にて受付開始



2月家庭の日プログラム

毎月第3日曜日は家庭の日♪
飯盒で、炊き込みご飯 & ポテトミートグラタンを作りましょう!



日程: 2月19日(日)10:00~13:00
対象: 市内に在住または在学している、年少~小学6年生とその保護者
(お子様のみの参加は不可)
定員: 先着5組(1組4名まで)
費用: 1組3,000円(材料費)
申込み: 2月3日(金)午後6時から、電話にて受付開始

3月家庭の日プログラム

毎月第3日曜日は家庭の日♪ニュースポーツ「ピククルボール」を楽しく学びましょう!



日程: 3月21日(火祝)
対象: 市内に在住または在学している、年少~小学6年生とその保護者
(お子様のみの参加は不可)
定員: 先着5組(1組4名まで)
費用: 1組500円
申込み: 2月13日(月)午後6時から、電話にて受付開始

カメラ講座

風景写真などの撮り方・ポイントや、基本的なカメラの操作方法などを学んでみませんか?

日程: 2月26日(日) 10:00~12:30
対象: 市内に在住または在勤・在学している、高校生以上の方
定員: 先着10名
費用: 3,500円
申込み: 2月7日(火)午後6時から、電話にて受付開始



トライ東 連載マンガ

2月号!!



2月はピンクシャツデー



児童遊園 あそぼの家

未就園児から小学生までを対象に、手遊びや紙芝居、工作などの催しを行っています。開催時間や対象者が活動により異なります。ご確認ください。

※場所は、児童遊園内にある赤い屋根の建物です。
※保護者の交流の場所にもなっています。ぜひご利用ください。



2月 イベント案内

開催予定日時		行事内容	対象	備考
7日(火) 8日(水)	14:30~16:00	ハートの スタンプあそび	小学生・ 幼児とその保護者	各日 先着10名
3日(金)	10:30~12:00	豆まきをしよう	未就園児と その保護者	先着10組
16日(木) 21日(火)	11:30~12:00	読み聞かせ	未就園児と その保護者	



☆詳細は、児童遊園 あそぼの家までお問い合わせください

当面の間、開館時間を午後4:30までに短縮しております。

感染防止のため、ご利用の際はマスクの着用、体温測定等のご協力をお願いしています。

利用時間	月~土 午前10:30~午後5:00 ※お昼の午後12:00~午後1:00は閉館
休館日	日曜日・祝日・年末年始(12月28日~翌年1月3日)
利用方法	0歳から小学生までが利用できます。ただし、小学生未満の方は保護者同伴でご利用ください。(託児施設ではありません)初回にお子様の名前で登録カードにご記入ください。(カードの有効期限は年度内です)
児童遊園あそぼの家 (直通電話) TEL: 028-663-3245	

宇都宮市青少年活動センター <トライ東>



利用時間	午前9:00~午後9:00 (日曜日・祝日は午後5:00まで)
休館日	年末年始(12月29日~翌年1月3日)
利用方法	利用登録者は無料(登録証の作成が必要です)で施設の利用ができます。 (登録は宇都宮市に在住か通勤通学している35歳未満の方に限ります) それ以外の方は有料で施設の利用ができます。 (利用メンバーの中に登録者以外の方がいる場合は有料となります)

感染防止のため、事前に体温測定、ご来館の際のマスク着用等、ご協力をお願いしています。



〒321-0962 宇都宮市今泉町3007番地

TEL: 028-663-3155 FAX: 028-662-6540

E-mail: tryeast@tochigi-ymca.org

https://www.tochigiymca.org/try_east/

※電話でのお問い合わせは、開館時間内をお願いします。
※セミナーやイベント情報は、トライ東のホームページ内に、随時お知らせしていますのでご覧ください。

トライ東 YMCA



公式FacebookページやLINEアカウントも開設しています! →



YMCA

指定管理者 とちぎYMCA



トライ東防災デー2023

～防災について考えよう！～

3月12日(日)10:00～12:30



東日本大震災から12年が経ち、『防災』というテーマに、模擬避難所体験や身近なもので出来るケガをした時の対処法など自分たちが出来ることは何か、栃木県防災士会のみなさんにご協力頂きながら考えていきます。コロナ禍ではどのようにしていくのか？みんなで体験して考えてみましょう！

会場: 宇都宮市青少年活動センター

対象: 市内在住または在学・在勤している方

定員: 先着10組(1組3名まで)

内容: 防災士会・看護師による講演や体験など

費用: 無料

申込み: 2月15日(水)午後2時から、電話にて受付開始



トライ東 主催事業のご報告

2023年1月6日(金)

新春餅つき餅まき大会を開催しました！

今年も餅つき餅まき大会を開催しました！

大人の方も、子どもたちも…

「よいしょ！よいしょ！」とお餅をつき、お餅やお菓子を集め、寒い冬ですが元気いっぱいの姿を見せてくれました。

今年も、皆様にとって素敵な1年となりますように…☆



スポーツ フェスティバル

3月21日(火祝)



～①施設無料開放～

【アリーナ】

10:00～16:00

- ①卓球(3台)
- ②バドミントン(2面)
- ③トレーニング室 ※中学生以上利用可

【テニスコート】

10:00～16:00

※1グループにつき、1面のみの貸し出しとなります。
※各コート45分間の貸し出しです。
※用具の貸し出しも可能です。(教に限りがあります)
※混雑時は、競技の変更または入場をお断りする
場合もありますので、ご了承下さい。

～②参加型イベント(抽選制)～

(1)テニス体験

13:00～16:00(2部制) 各部抽選8名

講師:青柳正敏 先生(テニスインストラクター)

(2)宇都宮ブレックス BREXYによる キアダンス体験会

10:30～12:00 抽選15名

(3)パパママキッズエクササイズ

13:30～15:00 抽選15名

講師:坂内ひろみ 先生(キッズインストラクター)

～③参加型イベント～

宇都宮ブレックス

#028 ブレッキーフォトブース

13:00～14:00



対象:市内に在住または在勤・在学している方
※小学生以下は、必ず保護者の同伴が必要です。

費用:無料

持ち物:室内シューズ、飲み物、汗拭きタオル、動きやすい服装でご参加下さい。

申込み:①施設無料開放・③#028 ブレッキーフォトブースについては、当日直接窓口へ
お越し下さい。

②参加型イベント(抽選制)については、2月6日(月)～2月26日(日)の期間中、
tryeast@tochigi-ymca.orgに【名前(ふりがな)・年齢・学校名・学年・連絡先
(携帯番号または電話番号)・メールアドレス】を記載の上、メールにてお申込み下さい。
(トライ東HPお問合せフォームからの申込みも可)
後日、当選された方に当選通知をお送りいたします。

※新型コロナウイルス感染症対策の為、来館の際マスクの着用と体温の計測にご協力下さい。

お問合せ 宇都宮市青少年活動センター(指定管理者:とちぎYMCA)

〒321-0962 宇都宮市今泉町3007 TEL:028-663-3155