

2026
2月

VOL.194

宇都宮市青少年活動センター

トライ東だより

指定管理者：公益財団法人とちぎYMCA

2月2日発行



暦の上で春は「立春」から始まり、二十四節気において
冬至と春分の中間に位置しています。

寒さの厳し時期ですが、春の始まりとされています。
春が待ち遠しいですね！春よ来い、早く来い by 所長

TRY
愉快だ
宇都宮
UTSUNOMIYA



あそぼの家 イベント情報

2月3日(火) 10:30～正午



対象＊未就園児親子 先着10組

2月7日(土) 13:00～15:00

ハートのシャカシャカ
キー ホルダー

対象＊小学生・幼児親子 先着10名

2月19日(木)・25日(水)

読み聞かせ 11:30～12:00

対象＊未就園児親子

お問い合わせ ☎028-663-3245



あそぼの家

\2月は「ピンクシャツデー月間」

トライ東では、毎年2月を「ピンクシャツデー月間」とし、いじめ反対について考える取り組みを行っています。

館内装飾や、ピンクシャツ型の用紙へのメッセージ記入を通して、子どもから大人まで多くの想いが集まっています。

今年のテーマは「カラフル」。

ピンクに限らず、好きな色・言葉・表現で参加し、「ちがっても、いっしょに立てる」気持ちを大切にします。

一人ひとりの色が、この場所を少しやさしくしてくれることを願っています。

トライ東からのお願い

- ・気温の低い日は特に準備運動をするなど、体調や怪我に気を付けてご利用ください。
- ・利用上のルールを守り、利用後は清掃活動にご協力ください。
- ・トライ東の敷地内では禁煙です。ご協力をお願いいたします。

TRY HIGASHI 5・7・5



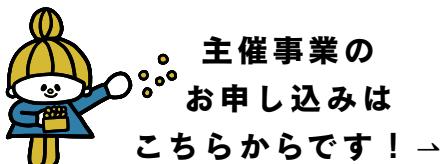
鬼もうち
誰もが集う
我が家センター
by－松田先生



2月の主催事業

主催事業とは？

「みつかる。つながる。よくなっていく。」をテーマに、様々な体験の機会をお届けします。ぜひご参加ください。



Valentin Happy Yoga

〈日 時〉 2月7日(土) 9:30~11:00

〈対 象〉 市内在住または在学・在勤の高校生以上35歳未満の方

〈定 員〉 先着15名

〈費 用〉 1,000円(全1回)

〈講 師〉 平川 京子先生

〈持ち物〉 ヨガマット(お持ちでない方は貸出します)、タオル、飲み物



みんなで
ワイワイ!

ロビーでの過ごし方



トライ東の指定管理者であるとちぎYMCAが参画する、Amazon「みんなで応援」プログラムを通じて、ボードゲームのご寄付をいただきました。

今回仲間入りしたのは、価値観を通して交流できるコミュニケーションゲーム『サン・レン・タン』です。

トライ東のロビーでは、来館された皆さんのが自由に過ごせるよう、ボードゲームの貸出を行っています。

友だち同士や家族、初めて会った人とも、遊びを通して自然に会話が生まれる場所です。

ロビーでのひとときが、笑顔やつながりにつながる時間になるよう、これからも大切に活用していきます。
あたたかいご支援に、心より感謝いたします。



対象は？

事業によって対象年齢が異なりますが、基本的に宇都宮市に在学、在勤、在住の35歳未満の方でしたらどなたでもご参加いただけます。※募集開始日に定員に満たない場合は、翌日から35歳以上の方もお申込みいただけます。

【申込方法】

各講座申込リンク、QRコードよりお申込みください。

【キャンセル】

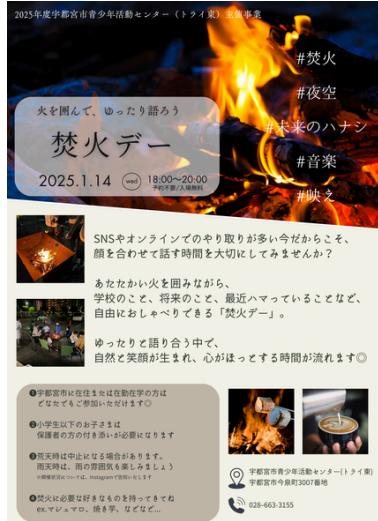
ご都合によりキャンセルされる場合は申込終了日以降のキャンセル・返金はお受けできませんので、ご注意下さい。

【焚火デー】

〈日 時〉 2月4日・18日(水) 18:00~20:00

※予約不要・入場無料

〈対 象〉 市内在住・在学・在勤の小学生以上の方



【トラインピック】

2月のトラインピックは、「スーパーボール掴み」です。お箸を使って、時間内に何個ボールを掴むことが出来るか！！上位の方には駄菓子のプレゼントがあります。挑戦する方は、事務所に声を掛けて下さいね！みなさんぜひご参加ください。がんばってね～！

〈日 時〉 毎月1日～25日

〈内 容〉 期間中、何度も挑戦してもOK！ただし1日1回のみ。
記録は更新制。

〈費 用〉 無料



【スタディールーム】

〈日 時〉 1月10日(土)・24日(土)
16:00~18:00

高校生・大学生ボランティアやユーススタッフが優しく・楽しく勉強をサポート！！
みんなと一緒に勉強しよう！



ヤングセミナー冬期のお知らせ

ヤングセミナーとは？

「ヤングセミナー」では、様々なプログラムを運営しています。何かを始めるきっかけ、集うきっかけになれば嬉しいです。皆さまの新しい一步を応援しています。ご参加を、お待ちしています。



ヤングセミナー冬期の
お申し込みは
こちらからです！→



対象は？

宇都宮市に在学、在勤、在住の35歳未満の方でしたら
どなたでもご参加いただけます。

※募集開始日に定員に満たない場合は、翌日から35歳以上の方も
お申込みいただけます。

【申込方法】

各講座申込リンク、QRコードよりお申込みください。

【キャンセル】

ご都合によりキャンセルされる場合は申込終了日以降の
キャンセル・返金はお受けできませんので、ご注意下さい。

【はじめての韓国語 & 韓国料理】

〈日 時〉(韓国語) 2月24日・3月3日・10日(火)
19:00~20:30

(韓国料理) 3月17日・24日(火)
18:30~20:30(全5回)

〈対 象〉市内在住または在勤在学高校生以上
35歳未満の方

35歳以上の方も
申込OK!

〈定 員〉先着10名

〈費 用〉3,800円(全5回)

〈講 師〉鄭 仁淑 先生

〈持ち物〉筆記用具、飲み物、辞書または電子辞書(お持ちの方)、エプロン、三角巾、
持ち帰り用タッパー、台布巾1枚、布巾2枚



【ダンス入門】

〈日 時〉3月7日・14日(土)・3月29日(日)
全3回 10:30~12:00

〈対 象〉市内在住または在勤在学高校生以上
35歳未満の方

〈定 員〉先着10名

〈費 用〉800円(全3回)

〈講 師〉芳賀 大輝 先生

〈持ち物〉飲み物、タオル、室内シューズ、
動きやすい服装でご参加ください。



35歳以上の方も
申込OK!



LET'S
Dance



【FP3級対策講座】

〈日 時〉2月21日・28日・3月14日・21日(土)
全4回 10:00~12:00

〈対 象〉市内在住または在勤在学高校生以上
35歳未満の方

〈定 員〉先着10名

〈費 用〉800円(全4回)

〈講 師〉森 祐輔 先生

〈持ち物〉筆記用具、ノート、電卓、
フタ付きの飲みもの

宇都宮市青少年活動センター(トライ東)ヤングセミナー冬期

FP3級対策講座



2026年
2月21・28日・3月14・21日(土)全4回

定 員

先着10名

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

持 手

ヤングセミナーⅢ期のお知らせ

開講中！



ヤングセミナーⅢ期の
お申し込みは
こちらからです！→



【冬のパン作り】

- 〈日 時〉 1月26日・2月2日・9日(月)
全3回10:00~13:00
〈対 象〉 市内在住または在勤在学高校生以上
35歳未満の方
〈定 員〉 先着8名
〈費 用〉 3,800円(全3回)
〈講 師〉 清水 知美先生
〈持ち物〉 エプロン、三角巾、手拭きのタオル



【集中腹筋トレーニング】

- 〈日 時〉 2月20日・27日・3月6日・13日(金)
全4回 19:00~20:30
〈対 象〉 市内在住または在勤在学高校生以上
35歳未満の方
〈定 員〉 先着10名
〈費 用〉 800円(全4回)
〈講 師〉 福田 高雄先生
〈持ち物〉 ヨガマット(無い方は貸し出します)、
飲み物、室内シューズ、
動きやすい服装でご参加ください。



【美温活リンパストレッチ＆ピラティス】

- 〈日 時〉 2月8日・22日・3月8日・15日(日)
全4回15:00~16:30
〈対 象〉 市内在住または在勤在学高校生以上
35歳未満の方
〈定 員〉 先着10名
〈費 用〉 800円(全4回)
〈講 師〉 影山 靖代先生
〈持ち物〉 ヨガマット(お持ちの場合)、
白湯などの温かい飲み物、
ツボ押し棒(使いたい方)、
スポーツタオル(縦に細長いタオル)
※フットケアのときは、裸足になります。



【パーソナルカラー診断】

- 〈日 時〉 2月27日・3月6日・13日・27日(金)
全3回 19:00~20:30
〈対 象〉 市内在住または在勤在学高校生以上
35歳未満の方
〈定 員〉 先着10名
〈費 用〉 4,500円(全4回)
〈講 師〉 平沢 利子先生
〈持ち物〉 筆記用具、はさみ、のり
鏡(肩まで映る大きさのもの)



宇都宮市青少年活動センター(トライ東)



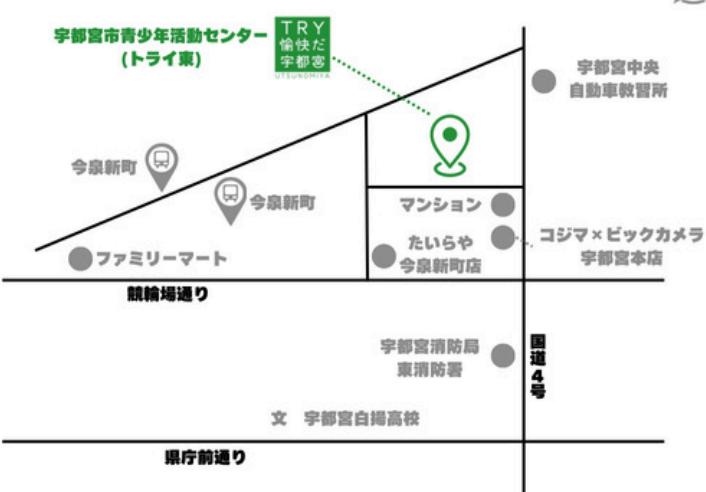
利用時間	9:00～21:00 ※日・祝祭日17:00閉館
休館日	年末年始(12月29日～翌年1月3日)
利用方法	登録利用者は、登録証の作成により無料で施設を利用できます。 なお、登録は宇都宮市に在住・在勤・在学の35歳未満の方に限ります。 上記の条件に該当しない方、または利用メンバーに登録者以外が含まれる場合は、有料での利用となります。



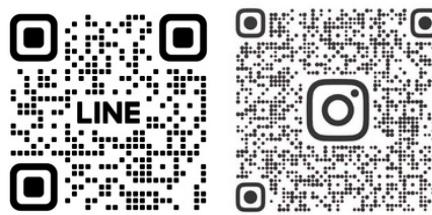
〒321-0962宇都宮市今泉町3007番地
TEL:028-663-3155 FAX:028-662-6540
E-mail:tryeast@tochigi-ymca.org



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



▼各種SNSはコチラ▼



@TRY.EAST



YMCA