



お知らせ

市の窓口で受け取れます
いきいき70
高齢者専用バス乗車券



▽内容 4月
翌年3月に
1度、500
0円相当のバ
ス乗車券など
(右下の表①～
⑬の中から1
つ選択)を、1000円(④
は2000円)の負担で交
付。なお、⑤～⑬は地域内
交通の利用登録が必要。
▽対象 昭和20年4月1日
以前に生まれた70歳以上の
人。
▽申込 健康保険証など申
込者本人を確認できるものと
負担金をお持ちの上、直接、
右下の表の窓口へ。
なお、郵送での申し込み

高齢者専用バス乗車券

| バス乗車券の種類 | | 申し込み受付窓口 |
|----------|--|---------------------------------------|
| ① | 関東自動車・東野交通・JRバス関東の3社共通高齢者専用バスカード(5,000円) | 高齢福祉課(市役所2階)、保健と福祉の相談(市役所1階)、各(区)・(出) |
| ② | 上河内地域路線バス回数乗車券(100円券50枚) | 上河内(域) |
| ③ | 地域内交通「清原さきがけ号」 | 清原(区) |
| ④ | | |
| ⑤ | 地域内交通「板戸のぞみ号」回数乗車券(300円券17枚) | 城山(区) |
| ⑥ | 地域内交通「古賀志孝子号」回数乗車券(300円券17枚) | |
| ⑦ | 地域内交通「みずほの愛のり号」回数乗車券(300円券17枚) | 瑞穂野(区) |
| ⑧ | 地域内交通「くにもとふれあい号」回数乗車券(300円券17枚) | 国本(区) |
| ⑨ | 地域内交通「篠井はるな号」回数乗車券(300円券17枚) | 篠井(区) |
| ⑩ | 地域内交通「わくわくとみや号」回数乗車券(300円券17枚) | 富屋(区) |
| ⑪ | 地域内交通「よこかわいきいき号」回数乗車券(300円券17枚) | 横川(区) |
| ⑫ | 地域内交通「おでかけちゅんちゅん号」回数乗車券(100円券50枚) | 雀宮(区) |
| ⑬ | 地域内交通「かみかわち愛のりユッピー号」回数乗車券(300円券17枚) | 上河内(域) |

本文中に記載がないものは、原則として、対象にならない。費用は無料、申込不要。
 (区) 地区市民センター、(出) 出張所、(産) 生涯学習センター、(参) うつのみや表参道スクエア、(HP) ホームページ、(E) メールアドレス、(域) 地域自治センター、(活) 市民活動センター

**介護保険施設などを訪問
介護相談員
ボランティア募集**

▽内容 利用者の疑問・不満・不安を解消するため、特別養護老人ホームや老人保健施設などを月2回訪問する。
▽対象 次の全てに当てはまる人。①市内在住の40歳

や、②～⑬を各窓口の(区)以外で申し込みをした場合は、助成券を自宅に郵送。
 ⑩ 高齢福祉課 ☎(632) 2360

70歳(平成26年4月1日現在) ②指定の研修などに参加できる③理解と熱意があり、相談員としてボランティア活動ができる④介護サービス事業所に属していない⑤自家用車などで施設などへの訪問ができる。
 ▼定員 若干名。
 ▼選考 面接。
 ▼申込 高齢福祉課、各(区)・(出)に置いてある応募用紙に必要事項を書き、履歴書(顔写真貼付)を添えて、4月2～14日(必着)に、直接または送付で、〒320-8540市

**在宅介護を支援します
紙おむつの購入費の支給**

役所高齢福祉課 ☎(632) 2977へ。
 ▼内容 在宅の要介護者が使用する紙おむつ・尿取りパッドの購入費(1カ月当たり5500円を限度)の9割を支給。
 ▼対象 介護保険施設や病院に入所・入院していない、要介護1～5の認定を受けている人。
 ▼申込 高齢福祉課、各(区)・(出)に置いてある申請

**人間ドック・脳ドックの
受診費用の一部を補助**

書に必要事項を書き、本人の氏名・ただし書きに「大人用紙おむつ」と書いてある領収書を添えて、直接または送付で、〒320-8540市役所高齢福祉課 ☎(632) 2906、各(区)・(出)へ。
 なお、送付での受け付けは高齢福祉課のみ。
 ▼対象 後期高齢者医療被保険者
 保険料や市税に滞納がない人。
 ▼補助金額 1万円。

◎フリーダイヤル自殺予防いのちの電話 ▼日時 4月10日(木)午前8時～11日(金)午前8時(24時間)
 ▼内容 死にたい・死のうと思っている人や、周囲にこのような人がいるときなどの自殺予防相談▼フリーダイヤル ☎0120(738)556。☎栃木のちの電話事務局 ☎(622)7970、保健予防課 ☎(626)1114

人間ドック健診機関

| 健診機関名 | 電話番号 |
|--------------------|-----------|
| 市医療保健事業団(竹林町) | (625)2213 |
| 済生会宇都宮病院(竹林町) | (643)4441 |
| 宇都宮記念病院(大通り1丁目) | (625)7831 |
| うつのみや病院(南高砂町) | (653)1001 |
| 鷲谷病院(下荒針町) | (648)0484 |
| 宇都宮セントラルクリニック(屋板町) | (657)7302 |
| 宇都宮東病院(平出町) | (683)5771 |
| ミヤ健康クリニック(ゆいの杜3丁目) | (667)8181 |
| 県保健衛生事業団(駒生町) | (623)8282 |
| 冨塚メディカルクリニック(徳次郎町) | (666)2555 |

脳ドック健診機関

| 健診機関名 | 電話番号 |
|--------------------|-----------|
| 鷲谷病院 | (648)0484 |
| 宇都宮セントラルクリニック | (657)7302 |
| 大曾内科脳神経外科医院(大曾2丁目) | (625)5005 |
| 佐々木記念クリニック(屋板町) | (656)7117 |
| 藤井脳神経外科病院(中岡本町) | (673)6211 |
| 星脳神経外科(竹林町) | (600)4410 |
| 宇都宮東病院 | (683)5771 |
| 宇都宮記念病院 | (625)7831 |
| 冨塚メディカルクリニック | (666)2555 |
| 宇都宮脳脊髄センター(一番町) | (633)0201 |
| 済生会宇都宮病院(※) | (643)4441 |

※特定健診との同時受診不可

▽申込 受診前に、電話で、保険年金課 ☎(632) 2307へ。
▽その他 人間ドックの補助には「健康診査受診券」が必要。
なお、人間ドックの補助を受けた人は健康診査の受診不可。

円、人間ドックのみまたは脳ドックのみ受診11万円。
▽申込 電話で、「宇都宮市国民健康保険で人間ドックなどの補助希望」と一言添えて、左の表の健診機関へ。
▽その他 受診時までに資格喪失した場合は補助対象外。

クのいずれか1回の補助。
▽費用額や検査内容など詳しくは、直接、各健診機関にお問い合わせください。
国民年金保険料が変更になりました
3月分まで月額1万5040円だった国民年金保険料が、4月分から月額1万5250円に変更になりました。
なお、1年前納をする人の保険料は17万9750円で、年間3250円の割引となりま

④宇都宮西年金事務所 ☎(622) 4281、保険年金課 ☎(632) 2327

**ご利用ください
国民年金の
学生納付特例制度**

学生は、国民年金保険料を後から納めることができ、制度があります。届け出をすると、年金を受けるための資格期間に算入される後から納めれば受け取る年金額に反映されます。なお、後から納められる期間は10年以内です。

▽期間 4月分〜平成27年3月分。
▽対象 大学(大学院)・短大・専門学校・各種学校などに在学する20歳以上で、本人の前年所得が118万円以下の人。
▽申込 年金手帳(交付されている人)、学生証または在学証明書(写し可)、印鑑(ゴム印不可)、代理人による申請は代理人の運転免許証など本人確認できるもの(別世帯の代理人による申請は委任状も必要)をお持ちの上、直接、保険年金課(市役所1階A17番

窓口)または各☎・☒へ。
なお、平成26年度用の申請はがきが届いた人は、必要事項を記入し、送付してください(窓口での申請不要)。
④保険年金課 ☎(632) 2327

**国民年金保険料免除などの
対象期間が拡大します**

4月から申請時点の2年1カ月前までさかのぼって免除申請ができるようになりました。
▽対象 全額免除、一部免除(4分の3・半額・4分の1)、若年者納付猶予、学生納付特例。

▽申込 年金手帳、印鑑(ゴム印不可)、離職の場合は離職を証明する書類など、学生の場合は学生証や在学証明書などをお持ちの上、直接、保険年金課(市役所1階A17窓口)、各☎・☒へ。
▽その他 所得などに基づき日本年金機構が審査を行いますので、免除が承認されない場合があります。
④宇都宮西年金事務所 ☎(622) 4281、保険年金課 ☎(632) 2327

お知らせ

全国大会出場のチャンス ねりんピック栃木 2014予選に参加しよう

▽対象 県内在住の60歳以上（昭和30年4月1日以前生まれ）のアマチュア。

▽申込 高齢福祉課（市役所2階）に置いてある参加申込書に必要事項を書き、直接、各種目事務局へ。種目により申込期限が異なります。

詳しくは、とちぎ健康福祉協会 ☎(650) 3366、高齢福祉課 ☎(632) 2360へ。

国民生活基礎調査にご協力ください

1 国民生活基礎調査世帯票
▽協力依頼の訪問 4月下旬。

▽聞き取り調査 6月5日ごろ。

2 国民生活基礎調査所得票
▽聞き取り調査 7月10日ごろ。

■内容 厚生労働行政の基礎資料とするための、世帯の構成や健康・医療・所得の状況など生活に関わる基

礎的な事項についての調査。
■対象 平成22年国勢調査区から無作為抽出された市内4地区。

■その他 調査員などに不審な点がある場合は、調査員証の提示を求めてください。

①保健所総務課 ☎(626) 1131、②生活福祉第1課 ☎(632) 2373

精神障がい者保健福祉手帳をお持ちの人に 交通費を助成

▽内容 精神障がい者保健福祉手帳1級所持者Ⅱタクシ1券、2・3級所持者Ⅱ共通バスカード。

▽対象 精神障がい者保健福祉手帳所持者（療育手帳・身体障がい者手帳所持者を除く）。

▽申込 4月11日から、精神障がい者保健福祉手帳・印鑑（ゴム印不可）をお持ちの上、午前8時30分～午後5時15分に、直接、障がい福祉課（市役所1階）へ。

各 平石・富屋・姿川 区では申請のみを受け付け、後日送付。

①障がい福祉課 ☎(632) 2361

平成26・27年度の後期高齢者医療の 保険料率が変わります

保険料率は2年に1度見直しを行っており、高齢化や医療技術の進歩による医療費の増加に伴い、保険料率を改定します。

■変更の内容

| | |
|-------|---------------------|
| 均等割額 | 4万2,000円 → 4万3,200円 |
| 所得割額 | 8.54パーセント → 変更なし |
| 賦課限度額 | 55万円 → 57万円 |

■保険料の計算方法

| | | | | |
|------------------|---|---------------------------------------|---|-----------------------|
| 均等割額 4万3,200円 | + | 所得割額 基礎控除(33万円)後の総所得金額など×8.54パーセント | = | 保険料 上限57万円 (年額) |
|------------------|---|---------------------------------------|---|-----------------------|

■保険料の軽減措置は継続します

▽所得の低い人に対する均等割額を9割・8.5割・5割・2割軽減する措置。5割・2割の軽減措置については、該当となる基準が広がります。
▽所得の低い人に対する所得割額を5割軽減する措置。
▽被用者保険の被扶養者であった人に対する均等割額を9割軽減する措置。
①栃木県後期高齢者医療広域連合 ☎(627)6805、保険年金課 ☎(632)2307

身体障がい者手帳の 認定基準が変わります

4月1日から、新たにペーパーカや人工関節などを入れた人に対する身体障がい者手帳の認定基準を変更します。詳しくは、障がい福祉課 ☎(632) 2362へ。

軽度・中等度難聴児の 補聴器購入費などを助成

身体障がい者手帳の交付対象とならない軽度・中等度の聴覚障がいがある18歳未満の人の補聴器購入や修

教室・講座

料理経験の少ない 男性のために 男の健康手料理塾

▽日時 4月22日(火)午前10時～午後1時。
▽会場 市保健センター（ララスクエア宇都宮9階）。

理費用の一部を助成します。なお、指定医師の意見書（有料）が必要になる他、世帯の所得により負担額が変わります。詳しくは、障がい福祉課 ☎(632) 2361へ。

健康づくりに役立つ運動 市保健センターの 上半期運動事業

1 エクササイズデビュー教室

▽内容 管理栄養士による料理の基本についての講話と調理実習。
▽対象 市内在住のおおむね40歳以上の男性。
▽定員 先着20人。
▽費用 500円程度(食材費)。
▽申込 直接または電話で、市保健センター ☎(627) 666へ。

本文中に記載がないものは、原則として、対象Ⅱどなたでも、費用Ⅱ無料、申込Ⅱ不要。HPⅡホームページ、☑ⅡEメールアドレス、☒Ⅱ地域自治センター、☒Ⅱ地区市民センター、☒Ⅱ出張所、☒Ⅱ生涯学習センター、☒Ⅱ地域コミュニティセンター、☒Ⅱ市民活動センター

AED(自動体外式除細動器)の設置施設

AEDは、突然心臓が停止してしまった人を救うため、その場に居合わせた一般の人でも、速やかに電氣的刺激(除細動)を施すことができる医療機器です。

市では、万一の事態に備え、下の表の施設にAEDを設置しています。なお、各消防署が毎月実施する応急手当講習会(22ページ参照)への積極的な参加もお願いします。

また、市内の各集客施設の管理者の皆さんも、早期の救命活動の重要性をご理解いただき、AED設置に向けた検討をお願いします。

保健所総務課 ☎(626)1102

AED設置施設一覧 (4月1日現在)

| 分類 | 施設名 |
|----------|--|
| 本庁舎・支所 | 市役所、各(区)・(区)・(田)、岡本・田原事務所、市民プラザ、雀宮(区)南館 |
| 福祉 | 市総合福祉センター、子ども発達センター、河内総合福祉センター、ことぶき会館、すこやか荘、ふれあい荘、やすらぎ荘、上河内老人福祉センター、シルバー人材センター北部事業所、茂原健康交流センター、泉が丘ふれあいプラザ、サン・アビリティーズ |
| 保健 | 保健所、市・上河内・河内保健センター、夜間休日救急診療所 |
| 環境 | 悠久の丘、北山霊園・聖山公園・東の杜公園管理事務所、市緑の相談所、環境学習センター |
| 生涯学習 | 上河内(運)、上河内(運)ひばり館、河内(運) |
| コミュニティ施設 | 各(活)・(口)、市総合コミュニティセンター、まちぴあ |
| 文化・教育 | 市立小・中学校、まちかどの学校姿川教室、宇都宮美術館、市教育センター、中央・南・上河内・河内図書館、市文化会館、青少年活動センター、旧篠原家住宅、とびやま歴史体験館、田原西小・上河内西小子どもの家 |
| スポーツ | ブレックスアリーナ宇都宮(市体育館・※1)、明保野体育館、雀宮体育館、清原体育館、駅東公園プール※2、陽南プール※2、ドリームプールかわち、サイクリングターミナル、栃木SC宇都宮フィールド(市サッカー場)、市スケートセンター、冒険活動センター、姿川(運)付属体育館、駒生・宮原運動公園、下田原運動場、石井・柳田緑地管理事務所 |
| 保育園 | 市立保育園 |
| その他 | オリオンスクエア、ろまんちっく村、梵天の湯、宇都宮競輪場、河内農業構造改善センター、みずほの自然の森公園、宇都宮城址公園、八幡山公園、中央・西・東・南消防署、上下水道局、中央卸売市場 |

※1 10月末までの改修工事中は使用不可。

※2 7・8月のみ使用可。

▽日時 5～9月の金曜日、午前11時～。全15回程度。
▽内容 運動習慣のない人でも安心して参加できる、健康づくりに役立つ有酸素運動や、筋力トレーニングなど。
▽対象 市内在住の運動習慣のない20～49歳の人。
▽定員 先着50人。
2 しっかり貯筋運動教室
▽日時 5～9月の火曜日または木曜日、午前10時～。全15回程度。

▽日時 4月12・19日(土)、午前10時～11時。
シニア世代を豊かにする
ライフプラン支援講座
▽内容 筋力をアップさせる運動(40分間)。
▽対象 市内在住の65歳以上の人。
▽定員 各先着30人。
■会場 市保健センター。
■申込 直接または電話で、保健センター ☎(627)6666へ。

▽会場 市総合福祉センター(中央1丁目)。
▽内容 「シニア世代を豊かに過ごすためのライフプランの重要性」と題した講座。
▽対象 おおむね50歳以上の人。
▽定員 各先着15人。
▽申込 直接または電話・ファクス(住所・氏名・電話番号を明記)で、みやシニア活動センター(市総合福祉センター内) ☎(639)8585、FAX(639)8575へ。

サン・アビリティーズで
スポーツ・文化教室
1 フラワーアレンジメント
教室
▽日時 5月8日、6月5日、7月3日、8月7日、9月4日、10月2日、11月6日。午前10時～正午。全7回。
▽対象 16歳以上の人(障がいのある人を優先)。
▽費用 1万1500円程度(材料費)。

2 太極拳
▽日時 5月9日～7月25日の毎週金曜日、午後1時30分～3時。全12回。
▽対象 16歳以上の初心者(障がいのある人を優先)。
■会場 サン・アビリティーズ(屋根板町)。
▽定員 各先着15人。
■申込 直接または電話・ファクス(氏名・電話番号・講座名を明記)で、サン・アビリティーズ ☎(656)1458へ。

◎宇都宮精神保健福祉会やしお会相談会 ▽日時 4月3・17日(木)、午前10時～正午▽会場 保健所(竹林町)▽内容 精神障がい者を抱えた家族に対し、共通の体験をした家族が個別の相談を受ける▽申込 電話で、保健予防課 ☎(626)1114へ。

教室・講座

地域での健康づくり ボランティア養成講座

▽日時 5月16・22・30日、
6月6日。午前10時～午後
4時。全4回。

▽会場 市保健センター(ラ
ラスクエア宇都宮9階)。

▽内容 健康づくりに関す
る講話や調理実習など。

▽対象 健康づくりに関心
があり、講座修了後に健康
づくり推進員・食生活改善
推進員としてお住まいの地
域でボランティア活動がで
きる人。

▽定員 先着25人。

▽費用 食材費(実費)。

▽申込 直接または電話で、
健康増進課(竹林町・保健
所内) ☎(626) 1126へ。

糖尿病治療中の人へ 調理実習に参加しませんか

▽日時 5月16日(金)午前
10時～午後1時。

▽会場 市保健センター。

▽内容 糖尿病の改善と合
併症予防についての講話・
調理実習。

▽対象 市内在住の糖尿病

で治療中の人またはその家
族。

▽定員 先着20人。

▽費用 500円程度(食材費)。

▽申込 直接または電話で、
市保健センター ☎(627) 66
66へ。

元気なうちから始めよう はつらつ教室

▽内容 いつまでも元気で
過ごせるよう、体操やレク
リエーションを行う。全12
回。

▽会場・申込 下の表の通
り。

▽対象 65歳以上の要支
援・要介護認定を受けてい
ない人。

▽定員 各先着20人程度。

▽費用 材料費(実費)。

▽その他 詳しくは、各申
込先または高齢福祉課 ☎
(632) 2357へ。

障がいのある人の 福祉向上・支援のために 奉仕員養成講座

1 手話奉仕員養成講座(全
40回)

▽日時 ①午前の部 5月
13日、平成27年3月10日の
火曜日、午前10時～正午 ②

本文中に記載がないものは、原則として、対象どなたでも、費用は無料、申込不要。
HPホームページ、Eメールアドレス、地域コミュニケーションセンター、市民活動センター

はつらつ教室会場一覧

| 会場 | 申込先 (地域包括支援センター) | 住所 | 電話番号 |
|--------------------------------------|---------------------|------------------------|--|
| 三の丸会館、高 麗神社境内公民 館、城東区 | 御本丸 ☎(651)4777 | 雀宮 ☎(655)7080 | 雀宮下町集會 所、茂原団地公 民館、南町自治 会館 |
| 陽南区、西原区、 宮の原区 | ようなん ☎(658)2125 | 雀宮・五代若松原 ☎(688)3371 | 雀宮中学校 地 域ふれあい室、 宮の内コミュニ ティセンター |
| 戸祭区、昭和区 | きよすみ ☎(622)2243 | 緑が丘・陽光 ☎(684)3328 | 南区、緑が丘区、 陽光区 |
| 市民プラザ、東区 | 今泉・陽北 ☎(616)1780 | 砥上 ☎(647)3294 | 富士見区、総合 コミュニティセ ンター、下砥上 公民館 |
| 桜区、西区 | さくら西 ☎(610)7370 | 姿川南部 ☎(654)2281 | 姿川区、下原公 民館(西川田南 1丁目)、兵庫塚 公民館 |
| 御幸区、北組公 民館、東組東公 民館 | 鬼怒 ☎(683)2230 | くにもと ☎(666)2211 | 国本区、野沢町 自治公民館 |
| 桑島町公民館、 ゆいの杜野高谷 公民館 | 清原 ☎(667)8222 | 細谷・宝木 ☎(902)4170 | とちぎ福祉プラ ザ、戸祭グリーン ヒルコミュニ ティセンター、と ちぎ健康の森、 下原公民館(宝 木1丁目) |
| 瑞穂野区、畑中 公民館 | 瑞穂野 ☎(656)9677 | | |
| 泉が丘区、峰区、 向原自治会集會 所 | 峰・泉が丘 ☎(613)5500 | | |
| 新谷公民館、ふ れあい荘 | 石井・陽東 ☎(660)1414 | | |
| 横川区、平松本 町公民館、上横 田町公民館 | よこかわ ☎(657)7234 | | |
| 富屋区、篠井区 | 富屋・篠井 ☎(665)7772 | | |
| 荒針公民館、中 福岡公民館、野 尻公民館、坂本 公民館 | 城山 ☎(652)8124 | | |
| 豊郷区、関堀町 中公民館、ロー ズタウン公民館 | 豊郷 ☎(616)1237 | | |
| 河内区、申内公 民館 | かわち ☎(673)8941 | | |
| 上宝井公民館、 立伏公民館 | 田原 ☎(672)4811 | | |
| 岡本コミュニ ティプラザ、奈坪 1区公民館 | 奈坪 ☎(671)2202 | | |
| 下小倉区、上河 内老人福祉セン ター、高松公民 館 | 上河内 ☎(674)7222 | | |

◎健康で心豊かに過ごすため食について考えませんか 食育情報コーナー 休館日を除く毎日、午前9時～午後5時。入館は午後4時30分まで▽会場 市保健センター▽内容 「バランス食」をテーマに、食生活習慣のヒント・食に関する情報などのパネル紹介や、パンフレット・レシピの配布など。☎市保健センター☎(627)6666

健康診査

■1年に1回健康診査を受診しましょう 生活習慣病などの早期発見・治療のために、健康診査やがん検診を実施しています。特定健康診査を受診する人は、それぞれが加入している医療保険者からの通知などで、健診の受け方についてご確認ください。

■受診券は4月末に一斉発送します 昨年の受診月や誕生日などを目安に受診してください。

■個別健診

▽申込 受診する前に医療機関へお問い合わせください。

■集団健診(地区健診)

5月特定健康診査・健康診査・各種がん検診(乳がん・子宮がんは除く)

▽申込 電話で、①～⑦健康増進課 ☎(626)1129、⑧⑨河内保健センター ☎(673)6337へ。

| 会場 | 期日・受付時間 |
|---|--|
| ①市保健センター ※無料駐車場はありません。 ※自転車は立体駐車場1階屋内駐輪場をご利用ください。 | 1日(木)・4日(日・祝)・9日(金)～13日(火)・17日(土)～19日(月)・22日(木)・24日(土)～26日(月)・30日(金)、午前9時～ |
| ②市医療保健事業団健診センター(竹林町) | 29日(木)午前9時～ |
| ③平石区 | 26日(月)午前9時～ |
| ④横川区 | 14日(水)・20日(火)、午前9時～ |
| ⑤姿川区 | 16日(金)・18日(日)、午前9時～ |
| ⑥雀宮区 | 1日(木)・12日(月)・27日(火)、午前9時～ |
| ⑦東区 | 19日(月)午前9時～ |
| ⑧河内保健センター | 7日(水)・24日(土)、午前9時～ |
| ⑨田原コミュニティプラザ | 8日(木)・11日(日)、午前9時～ |

5月乳がん検診(マンモグラフィ検査・視触診)・子宮がん検診

▽対象 乳がん検診は40歳以上で、昨年度受診していない人。ただし、30歳代の方は視触診のみ受診することができます。子宮がん検診は20歳以上の人。託児付き検診は、託児の必要な子どもがいる人が優先。

▽申込 電話で、①～⑧健康増進課 ☎(626)1129、⑨⑩河内保健センター ☎(673)6337へ。

| 会場 | 期日・受付時間 |
|----------------------|----------------------------------|
| ①市保健センター | 13日(火)午後0時30分～ |
| ②市医療保健事業団健診センター(竹林町) | 29日(木)午後1時～と午後2時～ |
| ③平石区 | 26日(月)午後2時～ |
| ④横川区 | 14日(水)・20日(火)、午後2時～ |
| ⑤城山区 | 19日(月)午後2時～※託児付き検診 |
| ⑥姿川区 | 16日(金)・18日(日)、午後2時～ |
| ⑦雀宮区 | 1日(木)・12日(月)・15日(木)・27日(火)、午後2時～ |
| ⑧東区 | 19日(月)午後2時～ |
| ⑨河内保健センター | 10日(土)午前9時～と30日(金)午後2時～ |
| ⑩田原コミュニティプラザ | 27日(火)午後2時～ |

5月乳がん検診(マンモグラフィ検査)

▽対象 乳がん検診は40歳以上で、昨年度受診していない人。

※検査後、後日医療機関で視触診の検査が必要です。

▽申込 電話で、健康増進課 ☎(626)1129へ。

| 会場 | 期日・受付時間 |
|----------------------|--|
| ①市保健センター | 12日(月)・17日(土)・19日(月)・22日(木)・24日(土)・26日(月)・30日(金)、午後1時～と午後2時～ |
| ②市医療保健事業団健診センター(竹林町) | 7日(水)、27日(火)、午後1時～と午後2時～ |

■健診受診時の注意

▽受診する際には、必ず受診券と健康保険証をお持ちください。お持ちでないと受診できません。

▽満70歳以上の人、後期高齢者医療制度加入者、生活保護受給者、市民税非課税世帯の人は無料です。

▽詳しくは、健康づくりのしおりをご覧ください。

☎健康増進課 ☎(626)1129

午後の部 5月7日～平成27年3月18日の水曜日、午後1時30分～3時30分。ただし、5月7日は午前10時～午後3時。

▽内容 聴覚障がい者の生活や福祉制度などの理解と認識を深め、手話で日常会話を行うために必要な手話語彙と手話表現技術を習得する講座。

▽対象 市内に在住か通勤している18歳以上で、講座

終了後、手話通訳者を目指しており、過去に同様の手話講座受講経験のない人。市主催の他の手話講座と並行しての受講不可。

2 音訳奉仕員養成講座(初級・中級課程、全35回)

▽日時 5月14日～平成27年2月18日の水曜日、午前10時～正午。ただし、5月14日は午前9時30分～午後0時30分。

▽内容 視覚障がい者の福

祉向上・支援を目的に、本などの印刷物の情報を音声に訳し、テープ・デイズーなどに記録する奉仕員を養成する講座。

▽対象 市内に在住か通勤している18歳以上で、講座終了後、音訳奉仕員として登録・活動できる人。

3 点訳奉仕員養成講座(全40回)

▽日時 5月13日～平成27年3月10日の原則火曜日、

午前10時～正午。ただし、5月13日は午前10時～午後3時30分。

▽内容 視覚障がい者の支援を目的に、本などの印刷物を点字に訳する奉仕員を養成する講座。

▽対象 市内に在住か通勤している18歳以上で、講座終了後、点訳奉仕員として登録・活動できる人。

■会場 市総合福祉センター(中央1丁目)。

■定員 各先着20人。

■費用 1 3000円 2 1000円 3 3500円(テキスト代・資料印刷代)。

■申込 4月2日から、直接または電話で、ボランティアセンター(市総合福祉センター内) ☎(636)1285。

ただし、1 ①のみ市障害者福祉会連合会(市総合福祉センター内) ☎(636)1219へ。

◎**県医師修学資金貸与制度の利用者募集** ▽募集期間 5月9日まで ▽応募資格 産科医を目指す医学生で第4～6学年在学(平成26年4月1日現在) ▽定員 4人程度 ▽貸与金額 月額35万円(年額420万円)。ただし、次の全てに該当すれば返還免除。①初期臨床研修を県内で実施②産科医として、県の指定する公的病院などに修学資金貸与年数の1.5倍の期間(初期臨床研修期間を除く)勤務 ▽その他 申し込み方法など詳しくは、とちぎ地域医療支援センター(県保健福祉部医療政策課内) ☎(623)3145へ。