
高齢者サービスのしおり

2025



宇都宮市

私たちの住む社会は、今、高齢化や少子化などが進み、
思いやりの心や人と人とのふれあいが、
ますます大切になってきています。

宇都宮市は、これからの新しい時代に向けて、
「やさしさをはぐくむ福祉のまちを」を目指し、
ここに『福祉都市』を宣言します。

福 祉 都 市 宣 言

宇都宮市は

赤ちゃんからお年寄り
ハンディキャップを
持った人々など
すべての市民が

笑顔でことばを交わし
健康でいきいきと暮らせる

心のふれあう福祉のまちを
つくります

平成8年9月25日

宇 都 宮 市

目 次

高齢者サービス一覧	1
-----------------	---

1 相談窓口 2

(1) 市役所関係の申請・相談窓口	2
(2) 身近な相談先	6
(3) 社会福祉協議会	6
(4) 専門相談	8

2 在宅福祉サービス 12

(1) 高齢者等ホームサポート事業	12
(2) 高齢者無料入浴券の交付	12
(3) 福祉入浴	13
(4) 高齢者短期宿泊事業	13
(5) 緊急通報システム事業	14
(6) 認知症高齢者地域生活安心サポート事業	15
(7) はいかい高齢者等の位置探索システム利用に対する助成	15
(8) 在宅高齢者等日常生活用具の給付	16
(9) 高齢者福祉補聴器の交付	17
(10) はり、きゅう、マッサージ施術料の助成（保険適用外）	18
(11) 高齢者住宅の改修	19
(12) 在宅高齢者家族介護慰労金の支給	21
(13) 家族介護教室	21
(14) ひとり暮らし高齢者等の安心ネットワーク事業	22
(15) 食の自立支援事業（配食サービス）	22
(16) 災害時要援護者支援事業	24
(17) ふれあい収集（戸別訪問収集）	25
(18) 図書などの郵送貸出サービス	25
(19) ファミリーケアサービス	26
(20) 福祉理美容サービス	26
(21) 車いすの貸出	27
(22) ひとり暮らし高齢者ふれあい訪問事業	27

3 生きがい・社会参画 28

(1) 高齢者外出支援事業	28
(2) 老人福祉センター	29
(3) 茂原健康交流センター	30
(4) 老人クラブ	31
(5) シルバー大学校	31
(6) シルバー人材センター	31

(7) みやシニア活動センター.....	32
----------------------	----

4 敬老..... 33

(1) 敬老祝金の支給.....	33
------------------	----

5 施設福祉サービス..... 34

(1) 養護老人ホーム.....	34
(2) 軽費老人ホーム（ケアハウス）.....	34
(3) 高齢者用住宅（シルバーハウジング）.....	35
(4) セーフティネット住宅.....	35
(5) 有料老人ホーム.....	36
(6) サービス付き高齢者向け住宅.....	37

6 保健サービス..... 41

(1) 後期高齢者医療制度.....	41
(2) コルセット等治療用装具の購入費の支給.....	43
(3) 在宅訪問歯科診療.....	43
(4) 訪問看護ステーション.....	44

7 介護保険制度..... 48

8 介護予防・日常生活支援総合事業..... 54

(1) 介護予防・生活支援サービス事業.....	54
(2) 一般介護予防事業.....	56

9 その他の制度等..... 58

(1) 所得税・住民税の所得控除.....	58
(2) おむつ代の確定申告等における医療費控除.....	60
(3) 障がい者控除対象者認定書（税申告における障がい者控除）.....	60
(4) 年金制度.....	61
(5) 成年後見制度.....	61
(6) おもいやり駐車スペース利用証交付事業.....	62
(7) 高齢運転者等専用駐車区間制度.....	63
(8) 「介護マーク」の配布.....	64
(9) 高齢者の転倒事故に注意しましょう.....	64

高齢者サービス一覧

制 度		対象者 (年齢)	掲載 ページ	要介護・要支援認定を 受けていない方		要介護・要支援認定を 受けている方	
				ひとり暮らしの方			
在宅福祉社	高齢者等ホームサポート事業	65歳～	12			●	
	高齢者無料入浴券の交付	70歳～	12	●	●	●	●
	福祉入浴	65歳～	13	●	●	●	●
	高齢者短期宿泊事業	65歳～	13	●	●		
	緊急通報システム事業	65歳～	14		●	●	
	認知症高齢者地域生活安心サポート事業		15	●	●	●	●
	はいかい高齢者等の位置探索システム利用に対する助成	65歳～	15	●	●	●	●
	在宅高齢者等日常生活用具の給付	65歳～	16		●	●	
	高齢者福祉補聴器の交付	65歳～	17	●	●	●	●
	はり、きゅう、マッサージ 施術料の助成（保険適用外）		18	満70歳以上の方，身体障がい者1・2級の方， 65歳以上の寝たきりの方			
	高齢者住宅の改修	65歳～	19			●	●
	在宅高齢者家族介護慰労金の支給	65歳～	21			詳細21ページ	
	家族介護教室		21	要介護高齢者を介護する家族など			
	ひとり暮らし安心ネットワーク事業	65歳～	22		●	●	
	食の自立支援事業	65歳～	22		●	●	
	災害時要援護者支援事業	65歳～	24	●	●	●	●
	ふれあい収集（戸別訪問収集）	65歳～	25			●	
	図書などの郵送貸出サービス		25			●	●
（市社協自主事業） 在宅福祉社	ファミリーケアサービス		26	●	●	●	●
	福祉理美容サービス	65歳～	26	●	●	●	●
	車いす等の貸出		27	高齢者や障がい者で事故等により一時的に 車いすが必要な方			
	ひとり暮らし高齢者ふれあい訪問	70歳～	27		●	●	
生きがい・社会参画	高齢者外出支援事業	70歳～	28	●	●	●	●
	老人福祉センター	60歳～	29	●	●	●	●
	茂原健康交流センター		30	●	●	●	●
	シルバー人材センター		31	おおむね60歳以上の健康で働く意欲のある方			
	みやシニア活動センター		32	●	●	●	●
敬老	敬老祝金の支給		33	80歳，90歳，100歳到達時			
保健	後期高齢者医療制度		41	75歳以上の方，65～74歳で一定以上の障がいのある方			
	訪問歯科診療		43	病気などにより歯科医院へ通院が困難な方			
介護予防	介護予防・生活支援サービス事業	65歳～	54	基本チェックリストにより生活機能の低下がみられる方，要支援1・2の方			
	介護予防教室（はつらつ教室）	65歳～	56	●	●		
	いきいき健康サッカー教室， 自転車教室，バスケットボール教室	65歳～	56	軽い運動のできる方			
	介護予防講演会		56	65歳以上の，その支援に関わる方			
	高齢者等地域活動支援ポイント事業	60歳～	57	地域貢献活動：60歳以上の方 健康づくり活動：65歳以上の方			

※ 所得制限等により，一部利用できない制度があります。

1 相談窓口

(1) 市役所関係の申請・相談窓口

各担当窓口

内 容	窓 口	電話番号
在宅福祉サービス	高齢福祉課 福祉サービスグループ 高齢福祉課 相談支援グループ	632-2360 632-2357
敬老祝金	高齢福祉課 福祉サービスグループ	632-2360
要介護・要支援認定	高齢福祉課 認定審査グループ	632-2986
介護保険サービス	高齢福祉課 介護サービスグループ	632-2906
介護保険料	高齢福祉課 介護保険料グループ	632-2907
介護予防	高齢福祉課 相談支援グループ	632-2357
健康相談	保健所 健康増進課 健康づくりグループ 宇都宮市保健センター	626-1126 627-6666
栄養相談	保健所 健康増進課 健康づくりグループ 宇都宮市保健センター	626-1126 627-6666
後期高齢者医療制度	保険年金課 後期高齢者医療グループ	632-2307
老齢基礎年金・遺族基礎年金など	保険年金課 国民年金グループ	632-2327
民生委員・児童委員	保健福祉総務課 企画グループ	632-2919
生活保護など	生活福祉第1課 保護第1グループ	632-2105
	保護第2グループ	2068
	生活福祉第2課 保護第3グループ	2465
	保護第4グループ	2876
	保護第5グループ	2891
	保護第6グループ	2787
シニア世代のセカンドライフ支援	みやシニア活動センター	632-2368
就業相談	公益社団法人 宇都宮市シルバー人材センター	633-5300
老人クラブ活動	宇都宮市老人クラブ連合会事務局	634-4950

保健と福祉のまると相談窓口「エールU」

子どもや高齢者，障がい者などの日常生活での相談や困りごとを受け止め，育児や介護，生活困窮などの様々な保健福祉サービスの案内や利用のアドバイスなどを行っています。

< 開設日時 >

月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時15分

< お問合せ先 >

担当窓口	担当地域	電話番号
保健福祉総務課 地域保健福祉担当 中央部 (市役所1階A18番窓口)	本庁管内・宝木・豊郷	632-2941
地域保健福祉担当 東部 (平石地区市民センター)	平石・清原・瑞穂野	661-2369
地域保健福祉担当 西部 (富屋地区市民センター)	城山・国本・富屋・篠井	665-3698
地域保健福祉担当 南部 (姿川地区市民センター)	陽南・横川・姿川・雀宮	645-4535
地域保健福祉担当 北部 (河内地区市民センター)	上河内・河内	671-3205

地域包括支援センター（保健と福祉のまると相談窓口「エールU」）

高齢者が住み慣れた地域で、その人らしい生活を送るために、介護・福祉・健康など様々な面から総合的に支えていく機関として、お住まいの地域に設置しています。

 **高齢福祉課
相談支援グループ**
TEL 632-2357

地域包括支援センターは保健と福祉のまると相談窓口「エールU」として、高齢者や子ども、障がい者などの日常生活での相談や困りごとを受け止め、様々な保健・福祉サービスの案内や利用のアドバイスなどを行っています。

< サービス内容 >

地域包括支援センターは、高齢者等の相談や支援を行うため、

- ① 保健師・看護師
- ② 社会福祉士
- ③ 主任介護支援専門員（主任ケアマネジャー）

の3職種による専門チームを配置しています。

○ 様々な相談ごと

高齢者やその家族から介護や福祉などに関する相談を受け、適切なサービス利用ができるよう、支援いたします。

【たとえば、こんなときに・・・】

- ・ 近所の一人暮らしの高齢者のことが心配
- ・ 福祉サービスのことが知りたい など

○ 介護や健康のこと

要支援1・2の認定を受けた方に、介護予防ケアプランの作成を行い、介護予防サービスの利用調整を行います。また、要介護状態になる可能性の高い方などへの介護予防事業の紹介や介護予防・生活支援サービスの調整を行います。

【たとえば、こんなときに・・・】

- ・ 介護の認定を受けたい、要介護状態になることを予防したい など

○ 権利を守ること

高齢者のさまざまな権利を守ります。高齢者虐待の早期発見や、成年後見制度のご案内などを行います。

【たとえば、こんなときに・・・】

- ・ 虐待を受けている高齢者がいる、財産管理に自信がなくなった など

○ 暮らしやすい地域にするために

地域の多様な社会資源を活用したケアマネジメント体制の構築を行うために、さまざまな機関と協力していきます。

< 費用 > 無 料

< 手続き > お住まいの地区を担当する地域包括支援センターをご利用ください。

< 地域包括支援センター一覧 >

地域包括支援センター	所在地	電話番号	担当地区 (自治会連合会名)
地域包括支援センター御本丸	中央1丁目5-12 見木ビル1階	651-4777	中央, 築瀬, 城東
地域包括支援センターようなん	陽南4丁目6-34	658-2125	陽南, 宮の原, 西原
地域包括支援センターきよすみ	星が丘1丁目7-8	622-2243	昭和, 戸祭
地域包括支援センター今泉・陽北	今泉3丁目13-1 喜多川マンション1階	616-1780	今泉, 錦, 東
地域包括支援センターさくら西	西2丁目1-7	610-7370	西, 桜
鬼怒地域包括支援センター	御幸町77 森崎ビル1階	683-2230	御幸, 御幸ヶ原, 平石
地域包括支援センター清原	鎗山町1983	667-8222	清原
地域包括支援センター瑞穂野	上桑島町1476-2	656-9677	瑞穂野
地域包括支援センター峰・泉が丘	東今泉2丁目1-1	613-5500	峰, 泉が丘
地域包括支援センター石井・陽東	石井町2580-1	660-1414	石井, 陽東
よこかわ地域包括支援センター	屋板町578-504	657-7234	横川
地域包括支援センター雀宮	南高砂町11-17	655-7080	雀宮(東部)
地域包括支援センター雀宮・五代若松原	針ヶ谷町655	688-3371	雀宮(西部), 五代若松原
緑が丘・陽光地域包括支援センター	双葉1丁目13-56	684-3328	緑が丘, 陽光
地域包括支援センター砥上	砥上町54-1	647-3294	姿川(北部), 富士見, 明保
姿川南部地域包括支援センター	幕田町1456-1	654-2281	姿川(南部)
くにもと地域包括支援センター	宝木本町2141	666-2211	国本
地域包括支援センター細谷・宝木	細谷町486-7	902-4170	細谷・上戸祭, 宝木
富屋・篠井地域包括支援センター	徳次郎町65-8	665-7772	富屋, 篠井
城山地域包括支援センター	田野町666-2	652-8124	城山
地域包括支援センター豊郷	川俣町900-2	616-1237	豊郷
地域包括支援センターかわち	白沢町771	673-8941	古里中学校区
田原地域包括支援センター	上田原町346-18	672-4811	田原中学校区
地域包括支援センター奈坪	下岡本町1987-1	671-2202	河内中学校区
上河内地域包括支援センター	中里町218-1	674-7222	上河内

(2) 身近な相談先

民生委員・児童委員

保健福祉総務課
企画グループ
TEL 632-2919

民生委員・児童委員は住民の立場に立ってまちの福祉を担うボランティアです。地域住民からの相談に応じ、専門機関や福祉サービスへの「つなぎ役」となるとともに、高齢者世帯等の見守りや情報提供、社会調査などを行っています。

お住まいの地域の民生委員・児童委員をお知りになりたい場合は、保健福祉総務課までお問い合わせください。

(3) 社会福祉協議会

市民の皆様の参加と協力のもと、共に支え合い助け合う「向こう三軒両隣」の地域共生社会の実現を目指し、ふれあい・いきいきサロンや安心・安全情報キット配付事業などの地域福祉事業のほか、心配ごと・悩みごと相談センターやボランティアセンターなどの運営を行っています。

宇都宮市社会福祉協議会

〒320-0806

中央1丁目1番15号 市総合福祉センター内

TEL：636-1216 FAX：638-9856

交通（バス）：県庁前下車もしくは市内循環バス総合福祉センター前下車

心配ごと・悩みごと相談センター

日常生活の中での心配ごとや悩みごとの相談をお受けし、必要に応じて助言、他の専門窓口のご紹介をしています。

相談内容	開催日	場所・時間
心配ごとや 悩みごとの相談	月曜日～金曜日	市総合福祉センター5階 午前9時～正午
巡回相談 (心配ごとや 悩みごとの相談)	毎月第1木曜日	老人福祉センターことぶき会館 午前10時～正午
	毎月第2木曜日	老人福祉センターふれあい荘 午前10時～正午
	毎月第3木曜日	老人福祉センターやすらぎ荘 午前10時～正午

相談内容	開催日	場所・時間
巡回相談 (心配ごとや 悩みごとの相談)	毎月第4木曜日	老人福祉センターすこやか荘 午前10時～正午
	毎月第1火曜日	河内総合福祉センター 午前10時～正午
弁護士の法律相談 ※ 要予約	毎月第3火曜日	市総合福祉センター5階 午前9時～正午 (受付は午前11時30分まで)
知的障がい者の 生活相談 ※ 要予約	毎月第3水曜日	市総合福祉センター5階 午前10時～正午
更生や犯罪予防に 関する相談 ※ 要予約	毎月第3木曜日	市総合福祉センター5階 午前10時～正午
こころの悩み相談 ※ 要予約	毎月第3金曜日	市総合福祉センター5階 午前10時～正午

※ 祝休日及び休館日は除きます。

※ 相談日時は変更となる場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。

※ 心配ごとや悩みごとの相談は、電話による相談も受け付けています。

< 費用 >

無 料

< お問い合わせ先 >

TEL : 636-1251

ボランティアセンター

ボランティアに関する相談や養成講座の開催、登録・紹介を行っています。

< 開館日 >

日曜日・祝日及び休館日を除く毎日 午前8時30分～午後5時15分

< お問い合わせ先 >

中央1丁目1番15号 市総合福祉センター8階

TEL : 636-1285 FAX : 634-2870

E-mail : miya-vc@ap.wakwak.com

(4) 専門相談

問 栃木県高齢対策課
地域支援担当
TEL 623-3148

認知症の人と家族のための電話相談

公益社団法人認知症の人と家族の会栃木県支部の相談員が、認知症の方とその家族の悩みごとや介護に関する電話相談を実施しています。

< 電話番号 >

TEL : 627-1122

< 開設日時 >

月曜日～土曜日（祝日・12/29～1/3を除く）

午後1時30分～午後4時

※ 土曜日は、若年性認知症に関する相談を実施しています。

問 高齢福祉課
企画グループ
TEL 623-2332

もの忘れ相談会

「最近、もの忘れが増えてきた」や「家族や知り合いが認知症かもしれない」など、市民の心配ごとや悩みごとに応じるための相談会を図書館等で定期的開催しています。（詳細は「広報うつのみや」等でお知らせします。）

オレンジサロン

認知症の本人とその家族が地域住民や専門職などと相互に情報を共有し、お互いを理解しあうことを目的として、誰もが気軽に集まれ、交流できる場を提供するとともに、認知症に関する相談への対応を行っています。

< オレンジサロン一覧 >

名称	住所	電話番号	開設時間
オレンジサロン 石蔵	道場宿町 1131	667-0365	火曜日、木曜日、土曜日、 午前11時～午後3時 毎月第1日曜日 午後1時～3時 毎月第3日曜日 午前11時～午後3時 ※祝日、12/28～1/5を除く
オレンジサロン あん	田下町 846-2	652-3525	毎月第1・3・4金曜日 午前10時～午後2時 毎月第1土曜日、第4日曜日 午前10時～正午 ※祝日、12/27～1/4を除く

名称	住所	電話番号	開設時間
オレンジサロン えん	宝木町1丁目2580	625-5668	月～金曜日 午前10時～正午 ※ 祝日、12/27～1/4を除く
オレンジサロン さくらカフェ	花房2丁目9-33	666-8224	月・火・木・金曜日 午後1時～3時 ※ 8/14～15, 12/30～1/3を除く
オレンジカフェ ろとす (白澤病院)	白沢町1813-16 白澤病院内1階 デイケアルーム	673-0011	毎月第2・4水曜日 午後2時～4時 ※ 祝日・12/30～1/3を除く
JCHO オレンジサロン (JCHO うつのみや病院)	新富町9-4 雀宮地区市民セ ンター内	655-6601	毎月第4金曜日 午後1時30分～3時30分 ※ 祝日・12/29～1/3を除く

※ オレンジサロン「石蔵」では、毎月第2木曜日、第3日曜日はオレンジカフェ、毎月第2土曜日の午後5時から8時まで、男性介護者のサロン「止まり木」を実施しています。

※ JCHOオレンジサロンの運営主体は病院ですが、開催場所は病院ではないためご注意ください。

認知症疾患医療センター相談

認知症疾患医療センターは、都道府県や政令指定都市が指定する病院に設置するもので、認知症疾患における鑑別診断、地域における医療機関等の紹介、行動・心理症状への対応についての相談や、もの忘れ等の自覚症状がある高齢者に関する相談や支援などを行う医療機関です。

< 認知症疾患医療センター一覧 >

センター名	所在地	電話番号	電話相談の 受付時間
皆藤病院	東町22	689-5088	祝日・年末年始を除く 月・火・水・金・土曜日 午前9時～午後4時
済生会宇都宮病院	竹林町911-1	680-7010	祝日・年末年始を除く 月曜日～金曜日 午後2時～午後4時

※ 受診を希望される際には、直接各センターへお問い合わせください。

- ※ 初診にかかりつけ医の紹介状が必要となる場合があります。
- ※ 診療受付時間等についても、直接各センターへお問い合わせください。

あすてらす・うつのみや

高齢の方（認知症高齢者、ひとり暮らし高齢者、高齢者2人世帯）や障がいのある方（知的障がい者、精神障がい者等）などで判断能力が十分でないために、福祉サービスの利用手続きが分からなかったり、日常的な預貯金の出し入れなどについてお困りの方に無料で相談に応じています。

< 相談日時 >

月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）
午前8時30分～午後5時15分

< お問合せ先 >

中央1丁目1番15号 市総合福祉センター内
TEL：635-1234 FAX：636-1248
※ 来所又は電話にて相談を承ります。
※ 来所の場合には事前にご連絡ください。

病態別栄養相談

生活習慣病などの病気に応じた食事療法について、主治医の指示に基づき、管理栄養士による個別相談を予約制で行います。

 健康増進課
健康づくりグループ
TEL 626-1126

< 相談先・開催日時 >

相談先	開催日時
宇都宮市保健所健康増進課	月曜日（祝日・年末年始を除く） 午前9時30分～午後3時
宇都宮市保健センター	土・日曜日（祝日・年末年始を除く） 午前9時30分～午後3時

< 手続き >

事前予約が必要です。
予約は健康増進課 健康づくりグループまでご連絡ください。

住まい探しに関する相談

住まい探しにお困りの方のご相談を無料で受け付けしています。

問 住宅政策課
住宅政策グループ
TEL 632-2552

< 受付時間 >

月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）
午前9時～午後5時

< お問合せ先 >

操町3番10号 労働者協同組合労協センター事業団（業務委託先）内
TEL：611-3250

「うつのみやあんしん住まいネット」

宇都宮市居住支援協議会相談窓口

※ 相談窓口へお越しになる場合は、事前にお電話ください。

※ 栃木県立宇都宮女子高等学校北側付近，関東バス陽西通り北停留所から
徒歩3分，東武西口停留所から徒歩15分

< 手続き >

お分かりの範囲で、あらかじめ、ご自身の状況（健康状態、収入、家族関係など）や希望の住まいの条件（家賃、間取り、立地など）をまとめてからご相談されますと、よりスムーズに対応できます。

すでに支援を受けている方は、事前に、その支援者にご相談ください。

相談や住まい探しは無料でご利用いただけますが、入居に際しては、引越し費用や仲介手数料などの初期費用が必要です。

2 在宅福祉サービス

(1) 高齢者等ホームサポート事業

おおむね65歳以上で在宅のひとり暮らし高齢者や単身の障がい者等に日常生活に必要な支援を行います。

< サービス内容 >

寝具類等大物の洗濯・日干し，家周りの手入れ，軽微な修理，屋内の整理・整頓など

< 対象者 >

前年所得税非課税世帯のうち，65歳以上で介護保険の要介護・要支援の認定を受けている高齢者，障がい者のみで構成される世帯など

< 利用期間 >

原則として，週2時間以内

< 費用 >

サービスに係る料金の1割と材料費等の実費全額

< 手続き >

サービスの利用には，利用登録が必要です。

- ▶ 利用登録 … 高齢福祉課 福祉サービスグループ，保健福祉総務課（市役所1階A18番窓口），平石・富屋・姿川・河内の各地区市民センター，各地域包括支援センター
- ▶ 利用申込み … シルバー人材センター（事務局）

 高齢福祉課
福祉サービスグループ
TEL 632-2360

 宇都宮市シルバー
人材センター事務局
TEL 633-5300

(2) 高齢者無料入浴券の交付

70歳以上で，自宅に入浴設備がない方に公衆浴場の入浴券を交付します。

< サービス内容 >

月5枚で年間最高60枚の入浴券を交付します。
（入浴券1枚は公衆浴場の入浴料金の460円）

< 施設 >

施設名	所在地	電話番号
宝 湯	若草1丁目9-5	624-8049

< 手続き >

『無料入浴券交付申請書』に地区担当の民生委員から「入浴設備がない」という証明を受け，高齢福祉課 福祉サービスグループに提出してください。

 高齢福祉課
福祉サービスグループ
TEL 632-2360

(3) 福祉入浴

おおむね65歳以上の虚弱な高齢者と、身体障がい者手帳を持っている方及びその介助者は、公衆浴場に無料で入浴できます。

実施日など詳しくは、施設にお問い合わせください。

 高齢福祉課
福祉サービスグループ
TEL 632-2360

< 施 設 >

施 設 名	所 在 地	電話番号
宝 湯	若草1丁目9-5	624-8049

(4) 高齢者短期宿泊事業

体調の調整等、生活習慣の適切な指導を受ける場合や一時的に家族等の見守りを受けることが困難となる場合に、介護保険施設等の空床を短期間利用することができます。

ただし、施設に空床がない場合は、利用できない場合があります。

 高齢福祉課
相談支援グループ
TEL 632-2357

< 対象者 >

おおむね65歳以上の要介護(支援)認定を受けていない方

< 利用期間 >

原則として1回の利用につき7日以内(年間14日以内)

< 費 用 >

養護老人ホーム アオーラ^{にこん}而今

1日あたり490円, 送迎(片道)190円, 食材料費の実費

短期入所施設 ケアプラザ^{にこん}而今

1日あたり763円, 送迎(片道)190円, 居住費820円, 食材料費の実費

ただし、生活保護世帯の場合は食材料費の実費のみの負担です。

< 高齢者短期宿泊事業施設一覧 >

〔 養護老人ホーム 〕

施 設 名	所 在 地	電話番号
アオーラ ^{にこん} 而今	陽東3丁目15-12	683-4001

〔 短期入所施設 〕

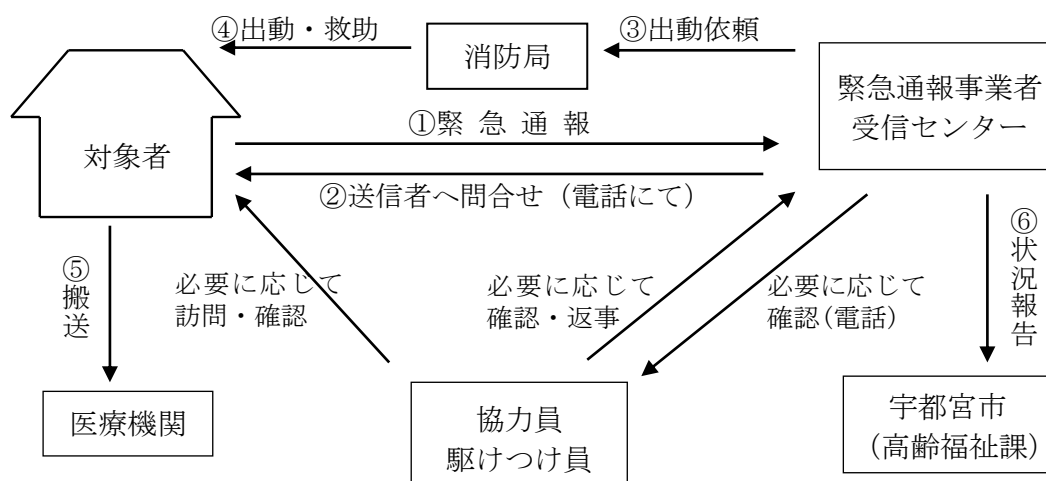
施 設 名	所 在 地	電話番号
ケアプラザ ^{にこん} 而今	砥上町54-1	649-2525

(5) 緊急通報システム事業

急病等の緊急の際に、緊急通報装置（ペンダント）を押すことにより、受信センターに通報され、必要に応じて協力員（1名以上）が状況を確認するとともに、消防局に連絡し、救急車により医療機関に搬送します。

また、日常時においては、受信センターが健康・生活相談をお受けします。

問 高齢福祉課
福祉サービスグループ
TEL 632-2360



< 対象者 >

- ・ 状況調査を行った結果、虚弱なひとり暮らし等高齢者と認められる方
- ・ 重度身体障がい者（手帳1・2級）でひとり暮らし等の方
 - ※ 状況調査により、対象とならない場合があります。
 - ※ 緊急通報装置は電話回線に接続して使用するため、訪問調査の際に、電話回線の確認をさせていただきます。

< 費用 >

生計中心者の前年の所得税額により、下記のとおり月ごとの利用料金の一部を負担していただきます。

	利用世帯の区分	負担額
A	生活保護法による被保護世帯	0 円
B	生計中心者の前年所得税非課税世帯	0 円
C	生計中心者の前年所得税課税年額が 5,000 円以下の世帯	100 円
D	生計中心者の前年所得税課税年額が 5,001 円以上 15,000 円以下の世帯	200 円
E	生計中心者の前年所得税課税年額が 15,001 円以上 40,000 円以下の世帯	300 円
F	生計中心者の前年所得税課税年額が 40,001 円以上 70,000 円以下の世帯	400 円
G	生計中心者の前年所得税課税年額が 70,001 円以上の世帯	500 円

< 手続き >

『緊急通報システム事業利用申請書』を高齡福祉課 福祉サービスグループ、

保健福祉総務課（市役所 1 階 A 1 8 番窓口）、平石・富屋・姿川・河内の各地区市民センター、又は各地域包括支援センターに提出してください。

(6) 認知症高齢者地域生活安心サポート事業

認知症の疑いがある方に、地域の方が声掛けや手助けをしやすいよう、目印となるキーホルダーやお守り型巾着などの「認知症見守りグッズ」の配布と、行方不明時に家族などが携帯電話から検索を依頼でき、依頼を受けた協力者が地図機能や掲示板機能を活用して検索することができる検索支援アプリ「オレンジセーフティネット」を提供します。

 高齡福祉課
企画グループ
TEL 632-2332

< 手 続 き >

「認知症高齢者地域生活安心サポート事業 登録申請書」を高齡福祉課企画グループ、又は各地区市民センター・各出張所に提出してください。

(7) はいかい高齢者等の位置探索システム利用に対する助成

認知症等により、歩き回って道が分からなくなる方に小型専用端末機を身に付けていただき、行方不明となった時に、家族が携帯電話やパソコンから端末機の電波による位置情報を検索し、現在位置を特定することができます。

 高齡福祉課
福祉サービスグループ
TEL 632-2360

また、選択するプランによっては、24時間対応のコールセンターが家族からの位置情報についての問い合わせに対応したり、端末機から通知信号が発信された場合に家族に位置情報を知らせるなどのサービスを受けることもできます。

このサービスを提供している事業者（下記「協定事業者」と契約し、サービスを利用した場合に、初回の登録料及び毎月の利用料の一部を助成します。

< はいかい高齢者等 >

宇都宮市内に住所があり、在宅で生活している65歳以上の方（65歳未満であって初老期における認知症に該当する方を含む）又は知的障がいのある方で、認知症等により行方不明になるおそれのある方

< 補助対象者 >

上記の「はいかい高齢者等」を介護している、市税に滞納のない方

< 助成内容 >

登録料（初回のみ）	協定事業者が定める額の1/2（上限額6,000円）
利用料（毎月）	協定事業者が定める額の1/2（上限額4,000円）

※ サービスの内容により、料金が異なります。

< 協定事業者 >

事業者	所在地	連絡先
セコム（株）	宇都宮市大通り 3 丁目 1-17	635-5101
（株）やさしい手	東京都世田谷区下馬 6 丁目 11-10	050-1752-5770

< 手 続 き >

『はいかい高齢者等家族支援事業補助金交付申請書』、『委任状』を高齢福祉課福祉サービスグループ、保健福祉総務課（市役所 1 階 A 1 8 番窓口）、平石・富屋・姿川・河内の各地区市民センター、又は各地域包括支援センターに提出してください。

(8) 在宅高齢者等日常生活用具の給付

おおむね 65 歳以上のひとり暮らしの高齢者の方などに日常生活の安全に役立つ用具を給付します。

 高齢福祉課
福祉サービスグループ
TEL 632-2360

< 品目及び対象者 >

品 目	対象者	所得区分
電磁調理器	おおむね 65 歳以上で、心身機能の低下に伴い防火等の配慮が必要なひとり暮らし又は高齢者世帯 ※ 3 品目のうちいずれか 1 品目	A～D
自動消火器		A～C
火災警報器		A～B
シルバーカー	おおむね 65 歳以上のひとり暮らし高齢者又は高齢者世帯で、生計中心者の前年の所得税が非課税の世帯に属する方	A～B

< 費 用 >

生計中心者の前年の所得税額により、下記のとおり負担していただきます。

	利用世帯の区分	負担額
A	生活保護法による被保護世帯	0 円
B	生計中心者の前年所得税非課税世帯	0 円
C	生計中心者の前年所得税課税年額が 5,000 円以下の世帯	16,300 円
D	生計中心者の前年所得税課税年額が 5,001 円以上 15,000 円以下の世帯	28,400 円
E	生計中心者の前年所得税課税年額が 15,001 円以上の世帯	全額負担

< 手続き >

『日常生活用具給付等申請書』と『同意書』を高齢福祉課 福祉サービスグループ、保健福祉総務課（市役所 1 階 A 1 8 番窓口）、平石・富屋・姿川・河内の各地区市民センター、又は各地域包括支援センターに提出してください。

(9) 高齢者福祉補聴器の交付

おおむね 65 歳以上の高齢者で、身体障がい者に該当せず両耳ともに聴力レベルが「50 デシベル以上」で、専門医により補聴器の使用が必要と認められた方に、高度難聴用補聴器を交付します。

※ 身体障がい者に該当する場合は、障がい福祉課へお問い合わせください。

 **高齢福祉課**
福祉サービスグループ
TEL 632-2360

 **障がい福祉課**
福祉サービスグループ
TEL 632-2361

< 費用 >

生計中心者の前年の所得税額により、下記のとおり負担していただきます。

	利用世帯の区分	負担額
A	生活保護法による被保護世帯	0 円
B	生計中心者の前年所得税非課税世帯	0 円
C	生計中心者の前年所得税課税年額が 5,000 円以下の世帯	16,300 円
D	生計中心者の前年所得税課税年額が 5,001 円以上 15,000 円以下の世帯	28,400 円
E	生計中心者の前年所得税課税年額が 15,001 円以上	全額負担 (上限 33,900 円)

< 手続き >

『高齢者福祉補聴器交付申請書』、『同意書』及び『医師の意見書』を、高齢福祉課 福祉サービスグループ、保健福祉総務課（市役所 1 階 A 1 8 番窓口）、平石・富屋・姿川・河内の各地区市民センター、又は各地域包括支援センターに提出してください。

(10) はり，きゅう，マッサージ施術料の助成（保険適用外）

在宅の満70歳以上の高齢者，身体障がい者1～2級の方が，保険の適用外で，はり，きゅう，マッサージの施術を受けるときに，料金の一部を助成します。

 高齢福祉課
福祉サービスグループ
TEL 632-2367

< 助成内容 >

年間最高18枚の『保険適用外はり，きゅう，マッサージ助成券』を交付します。（助成券1枚は1,000円）

< 使用方法 >

市が指定した施術所でのみ使用できます。施術1回につき1枚の助成券を使用し，規定料金から1,000円を差し引いた額を施術者に支払ってください。

< 手続き >

マイナンバーカード等の身分を証明するものを持参して，高齢福祉課 福祉サービスグループ，保健福祉総務課（市役所1階A18番窓口），平石・富屋・姿川・河内の各地区市民センターへ。その他の地区市民センター・出張所でも申請できますが，助成券は後日，自宅に郵送されます。又は電話にて申請用紙を請求し，必要事項を記入の上，高齢福祉課へ送付してください。後日，自宅へ助成券を郵送します。

(11) 高齢者住宅の改修

高齢者の転倒事故の多くが、住み慣れた自宅で発生しており、具体的な場所は、居間、寝室、玄関、階段、廊下、浴室となっています。加齢に伴い、身近な場所に転倒リスクがあることを意識し、「段差をなくす」、「手すりを付ける」、「床に物を置かない」など、転倒予防に向けた対策を行いましょう。

① 住宅改修費の支給（介護保険サービス）

日常生活をする上で必要な手すりの取り付けや段差の解消、床の滑り防止、洋式便器への変更などの住宅改修を行う場合、一生涯に原則20万円（税込）を限度として、介護保険負担割合証に応じてその9割、8割、または7割を支給します。

問 高齢福祉課
介護サービスグループ
TEL 632-2905

< 対象者 >

要支援・要介護の認定を受けている人。

ただし、次のいずれかに該当する場合は対象外となります。

- ・介護保険施設や病院に入所・入院している
- ・事前申請をせずに着工した改修
- ・新築や増築、老朽化に伴う改修
- ・住民票に記載されていない住所の住宅改修

< 手続き >

改修前に、居宅介護支援事業者・地域包括支援センターまたは高齢福祉課介護サービスグループにご相談ください。

② 高齢者にやさしい住環境整備事業（在宅福祉サービス）

65歳以上かつ在宅で、介護保険の要支援以上に該当する高齢者のいる世帯に、日常生活を容易にするための既存住宅の改修に要する経費の一部を補助します。

問 高齢福祉課
福祉サービスグループ
TEL 632-2360

< 対象世帯 >

生計中心者の前年の所得税額が非課税、又は世帯の前年の所得税の合計額が16,200円以下で、市税に滞納がないこと。

< 対象となる工事 >

住居及び住居と外部との連絡通路の段差解消、手すりの取付け等の改修工事（新築や増築、老朽化に伴う改修工事は支給の対象になりません。）

< 助成内容 >

補助対象となる住宅の改修工事に要した経費の4分の3の額で、900,000円を限度とします。（介護保険で対象となる部分については、介護保険を優先します。）

< 手続き >

工事にかかる前に、高齢福祉課 福祉サービスグループにご相談ください。
後日調査に伺います。

※ 改修工事着手後の申請は認められません。

③ 住宅改修補助制度

住宅の性能や機能を向上させることで、住み慣れた住宅を、安全・安心に長く大切に使うことを目的に、住宅改修を行う際の工事費の一部を補助します。

問 住宅政策課
住宅政策グループ
TEL 632-2735

< 対象者 >

市内在住者（市税を滞納していないこと）

< 対象となる工事 >

手すりの取り付けや段差の解消などのバリアフリー改修工事など

< 補助額 >

対象工事費の10分の1の額（上限10万円）

< 手続き >

工事の契約前に、住宅政策課住宅政策グループに申込してください。

※ 工事契約後の申込は認められません。

(12) 在宅高齢者家族介護慰労金の支給

在宅の介護を必要とする高齢者を常に介護している家族に、介護慰労金を支給します。

問 高齢福祉課
福祉サービスグループ
TEL 632-2360

< 支給対象者 >

65歳以上の介護保険の要介護4・5の認定を受けた高齢者を、申請月の前月から遡り、入院治療や1年間に10日間を超えて介護サービスを受けることなく在宅で日常的に介護をしている家族

※ その他支給要件など、詳しくは高齢福祉課 福祉サービスグループにお問い合わせください。

< 支給額 >

年額12万円

< 手続き >

振込先の通帳、「健康保険証」又は「後期高齢者医療被保険者証」、「介護保険被保険者証」をお持ちになり、『在宅高齢者家族介護慰労金申請書』を、高齢福祉課 福祉サービスグループ、保健福祉総務課（市役所1階A18番窓口）、各地区市民センター・各出張所、又は各地域包括支援センターに提出してください。

(13) 家族介護教室

要介護高齢者の状態の維持・改善を図るため、適切な介護知識・技術や介護・福祉サービスの適切な利用方法の習得、介護者同士の情報交換等を内容とした教室を開催します。

日程等については、広報うつのみや及び市のホームページでお知らせします。

問 高齢福祉課
相談支援グループ
TEL 632-2357

< 対象者 >

要介護高齢者を介護する家族等

< 費用 >

無料

< 手続き >

お近くの地域包括支援センター（P5参照）に直接お問い合わせください。

(14) ひとり暮らし高齢者等の安心ネットワーク事業

ひとり暮らし高齢者等が、地域の中で安心して生活できるよう、地域住民による日常的な見守りと公的な福祉サービスを一体的に組み合わせて安否確認を行います。

問 高齢福祉課
相談支援グループ
TEL 632-2357

- ① 地区民生委員・地域包括支援センターによる訪問調査
 - ・見守り対象者の把握
- ② 見守り活動
 - ・地域包括支援センター、民生委員、地域住民、福祉協力員などによる見守り

(15) 食の自立支援事業（配食サービス）

栄養改善が必要な方に、「食」の自立の観点から食関連サービスの利用調整を行った上で、配食サービス（訪問による食事サービスの提供）を行い、食生活の改善及び健康の増進を図ります。

問 高齢福祉課
相談支援グループ
TEL 632-2357

< 対象者 >

在宅で、単身世帯・高齢者のみの世帯に属し、次の①②のいずれかにあてはまる方

- ① 65歳以上で、介護保険の要介護（支援）認定を受けていないが、低栄養状態のおそれのある方

※ 低栄養状態 とは

- ・ 6か月間で2～3kg以上の体重減少があり、やせ（BMI＝18.5未満）と判定される方（※BMI…体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)）
- ・ 血液検査でアルブミン値が3.8g/dl未満の方

- ② おおむね65歳以上で要介護状態、障がい、疾病等により調理が困難で、食に関する支援が必要な方

< 利用回数 >

週1食から最大週5食まで

※ 食の自立の観点から、地域包括支援センターによる状況調査（アセスメント）により決定いたします。

< 費用 >

1食あたり 400円（生活保護世帯は400円）

< 手続き >

お近くの地域包括支援センター（P5参照）にご相談ください。

2 在宅福祉サービス

(利用にあたり状況調査を行い、必要性の判断を行います。)

※ 介護予防・日常生活支援総合事業における介護予防・生活支援サービスの配食サービスについてはP 5 4～5 5をご参照ください。

< 事業所一覧 >

施 設 名	所 在 地	電話番号	食事区分
高砂荘デイサービスセンター	平出町 1510-1	663-2520	昼
敬祥苑デイサービスセンター	宝木本町 2141	665-5633	昼
徳次郎デイサービスセンター	徳次郎町 63-1	665-7771	昼
デイサービスセンターはりがや	針ヶ谷町 655	688-1555	昼
デイサービスセンターケアプラザ にこん 而今	砥上町 54-1	649-2941	昼・夕
デイサービスセンター元気の里	幕田町 1456-1	655-2611	昼
ライフデリ宇都宮元気店	東峰町 3118-3	666-7816	昼・夕
宅配クック ワン・ツウ・スリー (宇都宮中央店)	針ヶ谷 1 丁目 10-6	688-3919	昼・夕
サン・エールキッチン	川田町 1076-2	612-4862	昼・夕
まごころ弁当 宇都宮店	築瀬町 2277-2	612-5480	昼・夕
配食のふれ愛 宇都宮店	みどり野 5-1 4 TYビル 1 0 2	653-2750	昼・夕
宅食ライフ 宇都宮店	宮本町 11-13	684-1080	昼・夕
栃木宇都宮中央営業所 (ワタミの宅食)	滝谷町 1-2	080-3220 -1182	昼・夕
栃木宇都宮南営業所 (ワタミの宅食)	城南 3-5-16		昼・夕

(16) 災害時要援護者支援事業

風水害や地震などの大規模な自然災害が発生又は発生が予想される場合に、自力での避難が困難な高齢者や要介護者の方などに事前に登録していただき、登録情報を市と地域で共有することにより、市と地域が協力・連携を図って要援護者の避難誘導や安否確認などの支援活動を行います。

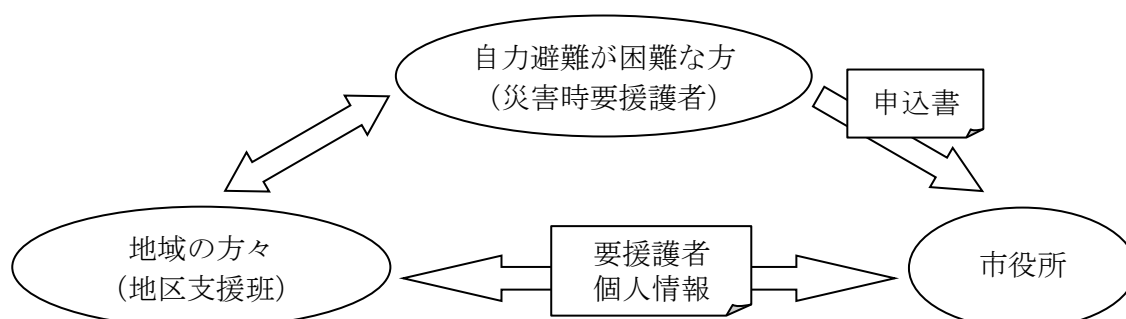
問 各担当課に直接

<対象者>

高齢者（概ね65歳以上）や障がい者などのうち、災害が発生した際、自力で避難することが困難で避難支援を希望する方（要援護者）が登録できます。

※ 在宅で生活している方が対象となります。

- ① 要介護3以上の高齢者
- ② 「ひとり暮らし高齢者等安心ネットワーク事業」における見守り対象者
- ③ 身体障がい者手帳1・2級所持者
- ④ 療育手帳A・A1・A2所持者
- ⑤ 精神障がい保健福祉手帳1級所持者
- ⑥ 障がい者福祉サービスを受けている難病患者
- ⑦ その他災害時の支援が必要と市長が認める方



※ 市役所と地域の方々の間で、個人情報の取扱いに関する協定を結び、情報を共有します。

【お問い合わせ先】

担当地区	担当課
昭和	保健福祉総務課 企画グループ (632-2919)
石井, 泉が丘, 今泉, 上河内, 河内, 清原, 国本, 五代若松原, 桜, 城東, 宝木, 中央, 平石, 瑞穂野, 峰, 西, 東, 細谷・上戸祭, 御幸, 築瀬, 陽東, 横川	高齢福祉課 相談支援グループ (632-2357)
篠井, 城山, 姿川, 雀宮, 戸祭, 富屋, 豊郷, 錦, 西原, 富士見, 緑が丘, 宮の原, 御幸ヶ原, 明保, 陽光, 陽南	障がい福祉課 企画グループ (632-2673)

(17) ふれあい収集（戸別訪問収集）

問 ごみ減量課
収集指導グループ
TEL 632-2423

ごみをごみステーションまで出すことが困難なひとり暮らしの高齢者や障がい者の自宅に直接訪問し、玄関先などからごみの収集を行います。

< 対象者 >

親族や近所などから支援が受けられず、自力でごみを出すことが困難である方で、おおむね次に該当する方。

- ・ 介護認定を受けている、65歳以上のひとり暮らしの高齢者
- ・ 身体障がい者手帳を有している、ひとり暮らしの身体障がい者

※ その他、上記と同程度の状態にある高齢者や障がい者など、対象となる場合もありますので、ご相談下さい。

< 収集回数 >

週1回（家庭から排出される資源物、焼却ごみ、不燃ごみ、危険ごみを収集

< 手続き >

申込みを希望される方は、事前にごみ減量課・収集指導グループ（市役所12階）に電話でお問い合わせの上、介護保険被保険者証の写し又は障がい者手帳の写しを添え、申請書類を提出して下さい。

(18) 図書などの郵送貸出サービス

問 市立中央図書館
館外奉仕グループ
TEL 636-0231

要支援・要介護認定を受けている方などを対象に、図書などを郵送で貸出いたします。

< 対象者 >

市内にお住まいで介護保険の要支援・要介護認定を受けている方、又は身体障がい者手帳の肢体不自由1級から6級までの方

< 貸出数 >

図書・雑誌・紙芝居等が合わせて15冊まで、CDとカセットが合わせて5点まで、ビデオとDVDが合わせて5点まで

< 貸出期間 >

郵送期間を含め1か月以内

< 費用 >

無料 ※ 郵送貸出は、ご本人が利用する図書やCDなどに限ります。

< 手続き >

サービスの利用には、市立図書館の利用者登録が必要です。利用者登録は、市立図書館のホームページからも受け付けております。はじめて郵送貸出を申請される際は、介護保険被保険者証の写し又は障がい者手帳の写しをご用意の上、市立中央図書館 館外奉仕グループに電話、メール、FAXなどでお申し込みください。申込みの際、身体障がい者手帳の番号などをお伺いします。

(19) ファミリーケアサービス

宇都宮市社会福祉協議会 福祉サービス事業

住み慣れた家で安心して暮らせるよう、市民相互の助け合いで実施する会員制の有償サービスです。

市社会福祉協議会
福祉サービス課
TEL 636-1210

< 会 員 >

- ・ 利用会員 … 市内在住の高齢や障がい、傷病などで、日常生活を送るうえで家事援助の必要な方
- ・ 協力会員 … 健康で福祉に理解のある方

< 提供できるサービス内容 >

- ・ 食事作り・片付け
- ・ 衣類などの洗濯
- ・ 住居などの掃除
- ・ 生活必需品の買い物
- ・ その他、身体介護を伴わない援助

< サービスの提供日・提供時間 >

月曜日～金曜日

(祝日・年末年始を除く)

午前9時～午後5時

< 利用料金 >

- ・ 入会金：利用会員 3,000円・協力会員 1,000円
- ・ 1時間につき 860円
- ・ 交通費は実費分（距離に応じて最大500円）

< 手続き >

市社会福祉協議会に電話でお問い合わせください。その後、状況をお伺いします。

(20) 福祉理美容サービス

在宅の65歳以上の寝たきり（要介護3以上もしくは、同程度の状態にある）の方に、訪問理美容出張サービスの出張補助券を交付します。（年間最大6枚まで）

市社会福祉協議会
福祉サービス課
TEL 636-1210

< 費 用 >

理美容料金は、通常の料金をお支払いください。（出張経費として1,500円分を補助券にて市社会福祉協議会が負担します。）

< 手続き >

市社会福祉協議会やホームページにある申請書に記入・提出し、『補助券』の交付を受けてから、指定理容店に直接、連絡してください。

(21) 車いすの貸出

高齢や身体障がい、事故・病気等の理由で「一時的に」車いすを必要とされる方のために、車いす等を貸し出します。

ただし、入院中の方や施設などに入所している方の、病院・施設内での利用は対象となりません。

問 市社会福祉協議会
ボランティアセンター
TEL 636-1285

< 貸出期間 >

最大で3か月以内

< 費用 >

無 料

< 手続き >

市社会福祉協議会ボランティアセンター又は下表の施設に電話で連絡の上、『申請書』を記入・提出してください。

< 貸出場所一覧 >

施設名	所在地	電話番号
ボランティアセンター	中央1丁目1-15（総合福祉センター内）	636-1285
河内総合福祉センター	白沢町385	673-8453
ことぶき会館	屋板町558	656-8792
ふれあい荘	陽東2丁目3-1	663-3156
やすらぎ荘	宝木本町1991	665-5284
すこやか荘	下砥上町1259-3	648-7750
上河内老人福祉センター	松田新田町116-1	674-4003
雀の宮作業所	新富町15-25	655-4091
若草作業所	若草3丁目12-11	643-4759

※ 貸出車いすは、自走式で耐荷重100kgになります。

(22) ひとり暮らし高齢者ふれあい訪問事業

在宅のおおむね70歳以上のひとり暮らしの方で、近隣に近親者がなく安否確認が必要な方に、定期的に乳酸菌飲料（ヤクルト）の配達を通じて、安否確認と孤立感の解消を図ります。

問 市社会福祉協議会
福祉サービス課
TEL 636-1210

< 費用 >

無 料

< 手続き >

地区の担当民生委員に申し出てください。

3 生きがい・社会参画

(1) 高齢者外出支援事業



70歳以上の方にＩＣカード「totra」への福祉ポイントの付与又は地域内交通等の乗車券の交付を行います。

< 対象者 >

市内に住所があり、年度末において70歳以上の高齢者

< 助成内容 >

1年度につき1回、次の①～③のうち、いずれかひとつを交付します。

※ ③は本人負担額1,000円が必要です。

関東自動車, JRバス関東, 地域内交通, 宇都宮ライトレール	① ＩＣカード「totra」への福祉ポイントの付与(10,000円相当分)
上河内地域路線バス	② 回数乗車券(100円券50枚)×2組
きよはら地域内公共交通 「清原さきがけ号」	③ 定期乗車券(6カ月)

< 申請受付開始時期 >

4月15日から

※ 令和7年度より、申請開始時期が変更となりました。

※ 福祉ポイントの有効期限は、付与した翌年度の4月14日です。

< 手続き >

マイナンバーカード等の身分を証明するものを持参して、高齢福祉課（市役所2階D8番窓口）、保健福祉総務課（市役所1階A18番窓口）、又は各地区市民センター・各出張所で申請してください。交通系ＩＣカード「totra」への福祉ポイントの付与を希望される方は、記名式のＩＣカード「totra」を必ずご持参ください。

なお、記名式の「totra」をお持ちでない場合は下記の窓口でお求めください。

< totra 取扱窓口一覧 >

関東自動車  路線バス部 TEL : 0570-031811	・ 築瀬営業所 築瀬 4-25-1 ・ 駒生営業所 宝木町 2-820-1 ・ 宇都宮営業所 砥上町 977 ・ 東野平出営業所 平出工業団地 19-8 ・ 宇都宮駅前定期券センター 駅前通り 3-5-6 ・ 池上定期券センター 池上町 4-9 ・ 石橋車庫 下野市文教 1-1-34
--	--

ジェイアールバス関東 問 宇都宮支店 TEL : 687-0671	・ 宇都宮支店 芳賀町芳賀台 110-6
宇都宮ライトレール 問 車両基地 TEL : 666-6074	・ 車両基地（平石停留所下車） 下平出町 3110 ・ 宇都宮駅東口停留場 宮みらい 1

(2) 老人福祉センター

高齢者の健康づくりや生きがいづくりを支援するため、体操教室や趣味の講座、看護師等による健康相談などを行っています。

問 各施設に直接

< 老人福祉センター一覧 >

施設名	所在地	休 館 日	開館時間	電話番号
ことぶき会館	屋板町 558	月曜日・国民の祝日（国民の祝日が月曜日に重なった場合はその翌日）・年末年始	午前 9 時 30 分 ～午後 4 時	656-8792
ふれあい荘	陽東 2 丁目 3-1	日曜日・国民の祝日の翌日（国民の祝日の翌日が日曜日に重なった場合はその翌日）・年末年始		663-3156
やすらぎ荘	宝木本町 1991	水曜日・国民の祝日（国民の祝日が水曜日に重なった場合はその翌日）・年末年始		665-5284
すこやか荘	下砥上町 1259-3	日曜日・国民の祝日の翌日（国民の祝日の翌日が日曜日に重なった場合はその翌日）・年末年始		648-7750
上河内老人福祉センター	松田新田町 116-1	土・日曜日・国民の祝日・年末年始	午前 9 時 ～午後 4 時	674-4003

< 個人利用料金（ことぶき会館・ふれあい荘・やすらぎ荘・すこやか荘）>

区 分	60 歳以上	大 人	中学生以下
市民・県央都市圏（※1）内の住民	無料	390 円	200 円
そ の 他	780 円	780 円	400 円

※1 県央都市圏 …鹿沼市・日光市・真岡市・さくら市・下野市・上三川町・芳賀町・壬生町・高根沢町

※ 上河内老人福祉センターについては、個人利用の設定はありません。

< 個人利用方法（ことぶき会館・ふれあい荘・やすらぎ荘・すこやか荘）>

- ・ 初めて利用される 60 歳以上の市民の方（県央都市圏内の住民を含む）は、「マイナンバーカード」「免許証」などの身分を証明するものをお持ちになり、各施設の窓口で『利用証』（各施設共通）の交付を受けてください。
- ・ 利用にあたっては、窓口で『利用証』を提示してから入館してください。

- ・ 60歳未満の市民の方及び市民以外の方は、窓口で利用料金を支払った後、入館してください。

< 循環バスの運行 >

ことぶき会館・ふれあい荘・やすらぎ荘・すこやか荘では、無料の送迎バスを運行しています。

詳しくは、各老人福祉センターにお問い合わせください。

(3) 茂原健康交流センター

 茂原健康
交流センター
TEL 654-2815

市民の健康づくり・交流や高齢者の生きがいを目的とした、大浴場や温水プールなどを備えた施設です。

体操教室やプール教室などのさまざまな教室を開催しています。教室の詳細は、茂原健康交流センターのホームページでお知らせします。

< 所在地 >

宇都宮市茂原町777番地7

< 休館日 >

月曜日（祝日の場合はその翌日）、年末年始、保守点検日

< 開館時間 >

午前10時～午後9時・プールは午後8時45分まで

※ 入館は午後8時まで

< 料 金 >

	一 般	65 歳以上	中学生以下
風呂	410 円	200 円	200 円
プール	510 円	250 円	250 円
風呂とプール	620 円	300 円	300 円

※ 3歳未満は無料です。

※ 土曜日は中学生以下無料です。

< 回数券（6回券）の料金 >

	一 般	65 歳以上	中学生以下
風呂	2,050 円	1,000 円	1,000 円
プール	2,550 円	1,250 円	1,250 円
風呂とプール	3,100 円	1,500 円	1,500 円

< 循環バスの運行 >

J R 雀宮駅と茂原健康交流センター間を国道 4 号線経由・上三川街道経由で結ぶ循環バスを運行しておりますのでご利用ください。

詳しくは、茂原健康交流センターにお問い合わせください。

(4) 老人クラブ

老人クラブは、地域を基盤とする高齢者の自主的な活動組織であり、スポーツや文化活動だけでなく、子どもの見守りなど、幅広い活動を行っています。

詳しくは、おおいちょう宇都宮（宇都宮市老人クラブ連合会）にお問い合わせください。

問 おおいちょう
宇都宮
（宇都宮市
老人クラブ連合会）
TEL 634-4950

< 窓 口 >

月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）

午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分

(5) シルバー大学校

栃木県シルバー大学校は、高齢者の健やかで生きがいのある人生を支援し、活力ある地域社会を築くため、積極的に地域活動を実践する高齢者を養成しています。

< 学習会場・校舎 >

中央校 駒生町 3337-1（とちぎ健康の森 2 階）

南校 栃木市神田町 9-40

北校 矢板市矢板 54

< 学習内容 >

- ・ 1 年次 地域活動に必要な基礎的学習
- ・ 2 年次 福祉や社会参加活動に必要な専門的学習
- ・ 学習年限 … 2 年間
- ・ 学習時間 … 1 日 4 時間、おおむね週 1 回

問 とちぎ
健康福祉協会
TEL 650-3366

問 栃木県高齢対策課
生きがいづくり担当
TEL 623-3048

(6) シルバー人材センター

おおむね 60 歳以上の健康で働く意欲のある高年齢者を会員として登録し、就業の紹介をしています。

< 費 用 >

年会費 2,000 円

（登録時に納付。年度途中の新規入会者については入会時期により、500～2,000 円。継続者は毎年 5 月頃納付）

< 手続き >

宇都宮市シルバー人材センター事務局に直接お問い合わせください。

問 宇都宮市シルバー
人材センター事務局
TEL 633-5300

< 窓 口 >

月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）

午前8時30分～午後5時15分

(7) みやシニア活動センター

みやシニア活動センターでは、シニア世代の持つ豊かな知識や経験を生かすことで、第2の人生を健康でいきいきと暮らすことができるよう支援します。

各種相談や講座にかかる費用は無料です。お気軽にお問い合わせください。

（講座内容によっては、原材料費等の実費負担がある場合があります。）

 みやシニア
活動センター
（高齢福祉課内）
TEL 632-2368

< 主な事業内容 >

- ・ 総合相談（専門的な相談は関係機関を紹介）
- ・ 出張相談（月1回）
- ・ 企画事業（各種講座・講演会等）の実施
- ・ 各種情報提供やセンター情報誌「みやシニア活動センター通信」の発行

< 講座案内 >

- ・ 定期講座「ライフプラン支援講座」
- ・ シニア世代の「地域デビュー講座」
- ・ シニア講演会

※ 各講座等の詳しい開催情報は、広報うつのみや等でお知らせします。

< 開設日時 >

月曜日～金曜日（祝日・年末年始を除く）

午前8時30分～午後5時15分

< 設置場所 >

宇都宮市役所2階 高齢福祉課 D8窓口

4 敬老

(1) 敬老祝金の支給

高齢者の長寿を祝福して、敬老祝金を贈呈します。

問 高齢福祉課
福祉サービスグループ
TEL 632-2367

< 対象者 >

市内に引き続き3か月以上住所を有する80歳，90歳，100歳の方

< 支給額 >

80歳	…	10,000円
90歳	…	30,000円
100歳	…	100,000円

< 支払い >

申請月の翌月に指定の金融機関に振込みます。

< 手続き >

80歳，90歳，100歳の誕生月に、『敬老祝金申請書』を該当者に郵送しますので，高齢福祉課 福祉サービスグループ，保健福祉総務課（市役所1階A18番窓口），又は各地区市民センター・各出張所に提出してください。

5 施設福祉サービス

(1) 養護老人ホーム

家族や住居の状況など、現在置かれている環境では、自宅での生活が困難なおおむね65歳以上の高齢者が入所する施設です。

問 高齢福祉課
相談支援グループ
TEL 632-2357

なお、養護老人ホームへの入所は、収入の少ない方（生活保護を受けているか市民税所得割非課税）に限られ、入所判定委員会により入所の要否が判定されます。

入所の相談や具体的な費用負担額については、高齢福祉課 相談支援グループにお問い合わせください。

< 養護老人ホーム >

施設名	所在地	電話番号
アオーラ ^{にこん} 而今	陽東3丁目15-12	683-4001

(2) 軽費老人ホーム（ケアハウス）

身体機能の低下などにより、自立した日常生活を営むことについて不安があると認められ、家族による援助を受けることが困難な60歳以上の方が、比較的低額な料金で入所できる施設です。

問 各施設に直接

入所の申込みや具体的な費用負担の額については、各施設に直接お問い合わせください。

< 軽費老人ホーム一覧 >

No.	施設名	所在地	電話番号	定員	※特定施設
1	滝の原苑	鶴田町 3381	632-7555	30	
2	南の里	花房3丁目 3-16	632-1900	30	○
3	宮の里	田野町 666-2	652-8122	20	○
4	ケアプラザ ^{にこん} 而今	砥上町 54-1	649-2525	35	○
5	元気の里	幕田町 1456-1	655-2611	30	○
6	白寿の里	下平出町 911-1	663-8910	50	
7	こうそく ^{じゅ} 公孫樹	徳次郎町 2632-1	666-3388	50	○
8	ジョイナス長岡	長岡町 163-5	621-6663	50	○
9	エバーグリーン みずほの	上桑島町 1339-2	657-8110	50	○
10	奈坪ヶ丘	中岡本町 3749-37	671-2001	40	

No.	施設名	所在地	電話番号	定員	※特定施設
11	第2ジョイナス長岡	長岡町 158-1	650-1711	50	○
12	アオーラ ^{にこ} 而今	陽東3丁目 15-15	683-1200	100	○
13	シャトーおおるり	竹下町 435-9	667-3750	40	

※ 「○」のついている施設は「特定施設入居者生活介護」の指定を受けている施設であり、当該施設が提供する介護保険のサービスとして入浴や排泄、食事等の介護その他の日常生活上の世話や機能等訓練、療養上の世話等を受けます。

(3) 高齢者用住宅（シルバーハウジング）

老齢に伴う身体機能の低下が認められる方のうち、自立した生活が営める程度の健康状態にあり、家族による援助を受けることが困難な60歳以上の方が入居できる公営住宅です。

入居申込にあたっては、世帯構成や所得などの資格要件があります。また、個別面接により申込の可否を審査します。

問 宇都宮市営住宅管理センター（株式会社東急コミュニティー）
TEL 678-8861

< 特 徴 >

- ・ 生活相談・団らん室があり、交流ができます。
- ・ ライフサポートアドバイザー（生活援助員）が入居者の生活支援を行います。
- ・ もしもの場合、緊急通報システムで消防署等へ自動的に連絡がされます。
- ・ 生活援助員が毎日2回、安否確認のため訪問します。
- ・ 毎月の家賃のほかに、所得に応じ「利用者費用負担金」をご負担いただきます。

< シルバーハウジングがある公営住宅一覧 >

	団地名	対象戸数	家賃の目安	窓口
市営	関原	24戸	22,200～33,400	宇都宮市営住宅管理センター (株式会社東急コミュニティー) 678-8861
	上原	24戸	23,600～35,200	
	山王	24戸	21,300～32,100	
県営	松ヶ峰	7戸	22,900～44,900	栃木県住宅供給公社 中央支所 626-3198
	一の沢	17戸	22,800～44,700	

(4) セーフティネット住宅

収入や高齢であることなどを理由に住まいの確保にお困りの方の入居を拒まない民間賃貸住宅です。各住宅の詳細については、「セーフティネット住宅情報提供システム」のホームページ(URL: <https://safetynet-jutaku.mlit.go.jp/guest/index.php>)でご確認いただけます。

問 各住宅の
事業所に直接



(5) 有料老人ホーム

有料老人ホームは、施設設置者と入居者との自由な契約により、高齢者に居宅を提供するとともに、食事の提供又はその他日常生活上必要な便宜を供与することを目的とする施設であり、いわば「高齢者に配慮されたマンション」に「食事や介護等の各種のサービス機能」がついたものです。

⑤ 各施設に直接

有料老人ホームには、「施設で介護サービスを受けられるかどうか」などの違いにより、「介護付」や「住宅型」などの類型があります。また入居できる年齢や健康状態など、施設ごとに入居に際しての条件があります。

入居の申込みや具体的な費用負担の額、受けられるサービスの内容などについては、各施設に直接お問い合わせください。

< 有料老人ホーム一覧 >

No.	施設名	類型	所在地	電話番号	定員
1	メゾン・うつのみやファミリー	住宅型	一ノ沢町 265-10	627-7408	21
2	あずみ苑グランデ宇都宮	介護付	宝木本町 1239-1	666-3141	45
3	ケアライフ ゆいの杜	介護付	ゆいの杜 6 丁目 29-18	670-8711	45
4	宝木荘	介護付	宝木町 2 丁目 1090-27	666-7606	45
5	サニーライフ宇都宮	住宅型	今泉町 395	346-3600	60
6	サニーライフ宇都宮元今泉	住宅型	元今泉 7 丁目 1-16	689-3600	88
7	うつのみやファミリー駒生	住宅型	駒生 2 丁目 20-1	612-5710	43
8	さわやかすずめのみや	介護付	若松原 2 丁目 18-26	688-3337	60
9	ガーデンプレイス南の里	住宅型	花房 3 丁目 3-13	639-6007	20
10	おうあん 桜庵	介護付	江曾島本町 8-9	658-3399	60
11	まごころの家 宇都宮砥上	住宅型	砥上町 1632	615-7587	15
12	さくらがおかⅡ	住宅型	西原町 3298-4	666-7500	25
13	医心館 宇都宮	住宅型	西一の沢町 12-22	611-3428	51
14	医心館 宇都宮Ⅱ	住宅型	鶴田町 552	612-2101	42
15	あおぞら	住宅型	ゆいの杜 2 丁目 23-31	670-0551	42
16	ご長寿くらぶ 宇都宮・西川田	住宅型	西川田町 1048-6	623-1606	27

No.	施 設 名	類型	所 在 地	電話番号	定員
17	うつのみやファミリー駒生Ⅱ	住宅型	駒生2丁目20-8	678-9200	36
18	ばしょうふの家	住宅型	一番町2-11	633-9555	67
19	陽だまりの里	住宅型	さつき2丁目3-5	623-1177	50
20	あやめの郷 上戸祭	介護付	上戸祭町124	600-4530	45
21	ミモザ宇都宮上戸祭	介護付	上戸祭町649-42	678-6246	45
22	ご長寿くらぶ 宇都宮・上戸祭	住宅型	上戸祭町339	678-3622	32
23	さくらがおかケアセンター	住宅型	宝木町2-2570-12	622-0476	20
24	ツクイ・ポピルスガーデン宇都宮	住宅型	細谷町283-1	666-8330	34

(6) サービス付き高齢者向け住宅

安否確認や生活相談などのサービスを提供するバリアフリーの高齢者向け賃貸住宅です。

家賃及びその他の費用は、登録事業者と入居者が結ぶ契約により決定します。

安否確認・生活相談サービスは、すべての住宅において提供されますが、その他の生活支援や介護・医療等のサービスは、住宅により異なります。

各住宅の詳細については、「サービス付き高齢者向け住宅情報提供システム」のホームページ（URL：<https://www.satsuki-jutaku.jp/index.php>）でもご確認いただけます。

< サービス付き高齢者向け住宅一覧 >

No.	住 宅 名	所 在 地	電話番号	戸数
1	トレモンテ陽東	陽東2丁目14-4	028-662-4111	35
2	シロアムマンション花	一番町3-17	028-638-2211	59
3	サンフレンズ宇都宮	元今泉7丁目19-1	03-5623-2050	27
4	さくらがおかケアセンター	宝木町2丁目2570-12	028-680-5490	20
5	さくらがおか江曾島	大和2丁目12-23	028-684-1555	31
6	とちのき鶴田	鶴田町231-20	028-649-0067	51

各住宅の
事務所に直接



5 施設福祉サービス

No.	住 宅 名	所 在 地	電話番号	戸数
7	とちのき上戸祭	上戸祭町 3004-2	028-649-0067	40
8	サービス付き高齢者向け住宅 さくらがおか	西原町 3534-2	028-666-4311	20
9	フォレストいこい	川田町 1020-9	028-680-6630	36
10	サービス付き高齢者向け住宅 ようきぐらし	西大寛 2 丁目 1-21	028-680-4125	17
11	サポネット越戸	越戸町 111-1	028-680-7690	25
12	ご長寿くらぶ宇都宮ビオス	下岡本町 2108-60	029-276-0660	32
13	ふるさとホーム宇都宮鶴田	鶴田 2 丁目 19-1	03-6435-6116	30
14	マドールガーデン「あかり」	駒生町 1219-1	028-902-1121	50
15	サービス付き高齢者向け住宅 えがお	宝木本町 2062-2	028-612-7300	36
16	ハートランド宇都宮	鶴田町 1044-4	0495-71-6551	40
17	トレモンテ ^{みょうにちかん} 明日館	石井町 2972-1	028-662-4111	11 4
18	リビングサンクス雀の宮	雀の宮 2 丁目 8-8	028-688-8414	34
19	まごころの家 宇都宮砥上北原	砥上町 337-2	0294-36-3405	26
20	家族の家ひまわり 宇都宮豊郷台	豊郷台 2 丁目 92-1	03-5466-1571	40
21	ふるさとホームゆいの杜	ゆいの杜 5 丁目 10-23	03-6435-6116	35
22	ツクイ・サンフォレスト 宇都宮	築瀬 4 丁目 4-7	045-842-4115	76
23	ふるさとホーム宇都宮城南	城南 3 丁目 4-11	03-6435-6116	35
24	家族の家ひまわり 宇都宮ゆいの杜	ゆいの杜 6 丁目 13-8	03-5466-1571	40
25	ふるさとホーム雀の宮	五代 2 丁目 31-28	03-6435-6116	35
26	あおぞら里の家	ゆいの杜 2 丁目 24-1	028-670-0551	60
27	ともいきの家みずほの	瑞穂 2 丁目 14-7	028-680-7705	36
28	プルミエールアミ岡本	下岡本町 2175-10	028-666-6526	20
29	リアンの家	下栗町 764-4	028-656-8110	28

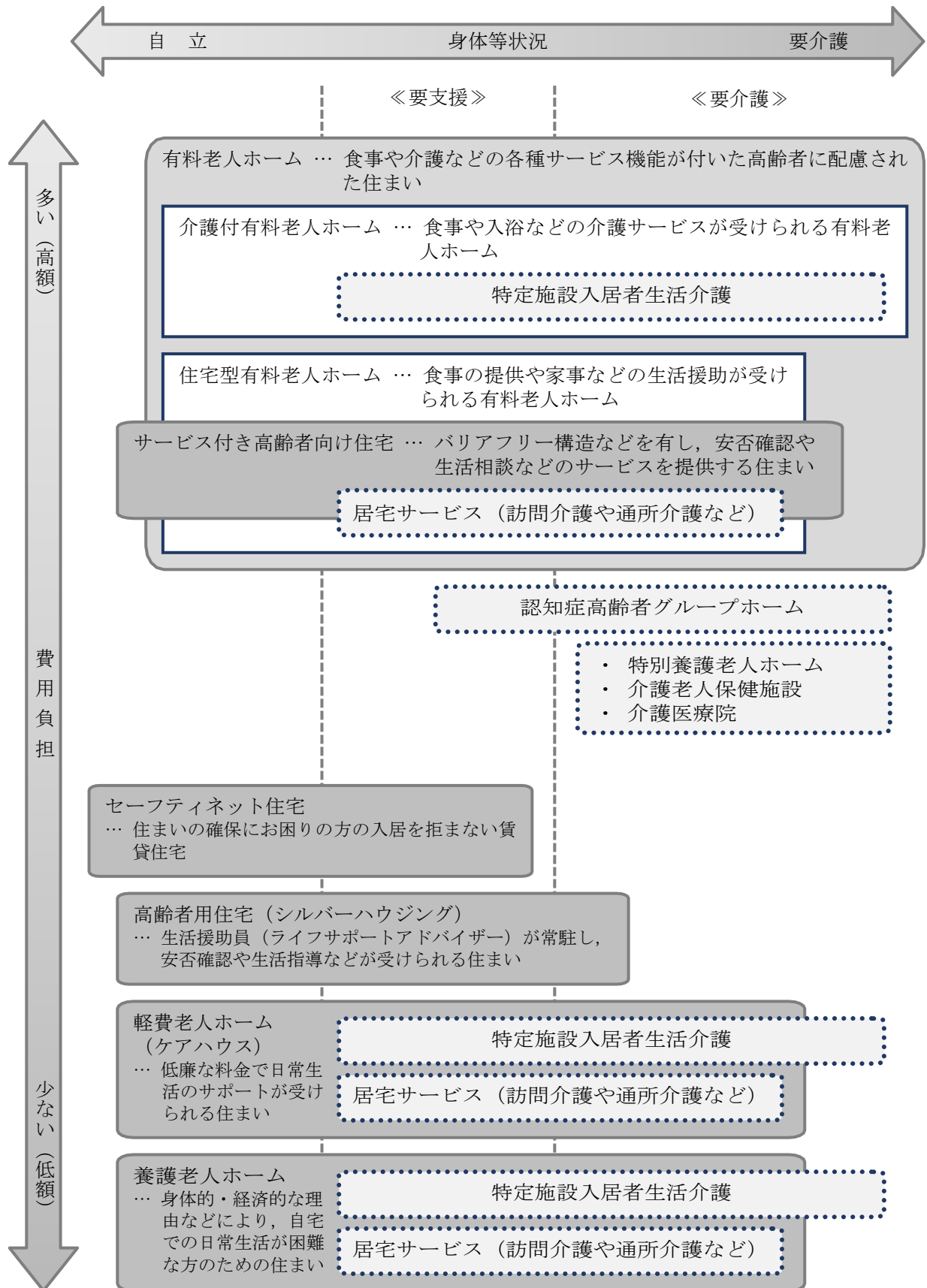
5 施設福祉サービス

No.	住 宅 名	所 在 地	電話番号	戸数
30	あおぞら杜の家	清原台 6 丁目 20-29	028-670-0551	10
31	家族の家ひまわり 宇都宮富屋	下金井町 696-1	03-5466-1571	43
32	エルダーガーデン梁瀬	築瀬町 2563-5	03-6718-9363	40
33	サービス付き高齢者向け住宅 星が丘ぬまお	星が丘 1 丁目 7-12	028-622-2222	10
34	ご長寿くらぶ宇都宮・岡本	下岡本町 2115-25	029-276-0660	21
35	サービス付き高齢者向け住宅 古今嘉	新町 2 丁目 7-1	028-611-1002	20
36	ご長寿くらぶ 宇都宮御幸ヶ原	御幸ヶ原町 36-51	029-276-0660	23
37	トレモンテ一条陽明館	一条 2 丁目 6-25	028-662-4111	14
38	ココファン宇都宮	元今泉 5 丁目 8-19	03-6431-1860	50
39	昭和の里 宇都宮東	越戸町 109-1	03-6402-3393	35
40	ふるさとホーム宇都宮鶴田第貳	鶴田 2 丁目 46-17	03-6435-6116	35
41	あやめの郷 ゆいの杜	ゆいの杜 5 丁目 12-1, 16, 17	03-5472-7665	35
42	やさしい手シニアリビング やさしえ駒生	駒生町 1027-3	03-5433-5513	50
43	コープの家	緑 5 丁目 13-9	028-612-3721	28
44	アンジェス砥上	下砥上町 1431-4	075-393-7177	56
45	ココファン宇都宮宝木	宝木町 1 丁目 33-1	03-6431-1860	51
46	ハートランド宇都宮Ⅱ	宝木本町 1253-12	0495-71-6551	49
47	サービス付き高齢者向け住宅 ハピネスホーム細谷	細谷町 484-4, 487-8	028-657-6730	50
48	ココファン宝木貳番館	宝木町 1 丁目 2587-6	03-6431-1860	55
49	アンジェス宇都宮御幸本町※ 1	御幸本町 4732-11	075-393-7177	46
50	トレモンテ一条陽明館別邸	一条 2 丁目 1201-2	028-662-4111	4

※ 1 令和 7 年 4 月 1 日現在、開所準備中のため住宅の事務所に直接ご確認ください。

※ 電話番号は問合せ窓口となる各住宅の事務所の連絡先を記載しています。

【参考】高齢者向けの施設及び住まいの位置付け（イメージ図）



※ この図は、費用負担と身体等状況の視点から、高齢者向けの施設や住まいの位置付けの大まかな目安をイメージ図として表したものであり、厳密にはこれに当てはまらない場合もあります。

※（点線の囲み）は、施設や住まいで提供される介護サービスです。

6 保健サービス

(1) 後期高齢者医療制度

後期高齢者医療制度は、75歳以上の方と一定の障がいがある65～74歳の方が加入する医療制度です。

問 保険年金課
後期高齢者
医療グループ
TEL 632-2307

< 加入手続き >

75歳以上の方は、特に手続きの必要はございません。75歳の誕生日前に『後期高齢者医療資格確認書または資格情報のお知らせ』を郵送いたしますので、誕生日以降は、その被保険者証をお使いください。

また、次のいずれかに該当する65～74歳の方で、後期高齢者医療制度への加入を希望する方は、申請手続きが必要です。

- ・ 身体障がい者手帳1・2・3級と4級の一部（D41-T, D41-S, F41, F43, F44）に該当する方
- ・ 療育手帳総合判定Aに該当する方
- ・ 精神障がい者保健福祉手帳1・2級に該当する方
- ・ 国民年金等の障がい基礎年金証書1・2級に該当する方

申請には、該当する手帳・証書、現在加入している健康保険の被保険者証等、個人番号カード（マイナンバーカード）をお持ちになって、保険年金課 後期高齢者医療グループ、又は各地区市民センター・各出張所までお越しください。

< 負担割合と自己負担限度額等（月額） >

区 分			負担割合	自 己 負 担 限 度 額	
				外 来 (個人単位)	外来+入院 (世帯単位)
現役並み 所得者	Ⅲ	住民税課税所得 690万円以上	3割 ※4	252,600円 + (医療費 - 842,000円) × 1% 多数回 140,100円 ※6	
	Ⅱ	住民税課税所得 380万円以上		167,400円 + (医療費 - 558,000円) × 1% 多数回 93,000円 ※6	
	Ⅰ	住民税課税所得 145万円以上		80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1% 多数回 44,000円 ※6	
一般Ⅱ		住民税課税所得 28万円以上	2割 ※5	6,000円 + (外来医療費総額 - 30,000円) × 0.1 または 18,000円のい ずれか	57,600円 多数回 44,000円 ※6
一 般 Ⅰ ※1			1割	18,000円 年間上限 ※8 144,000円	57,600円 多数回 44,000円 ※6
低所得者Ⅱ ※2				8,000円	24,600円
低所得者Ⅰ ※3					15,000円

※1 「低所得者Ⅰ」、「低所得者Ⅱ」、「一般Ⅱ」、「現役並み所得者」以外の方

- ※2 世帯の全員が住民税非課税世帯の方
- ※3 世帯の全員が住民税非課税世帯の方で、かつ、世帯全員の所得が必要経費・控除を差し引いたときに0円となる方（年金所得は80万円を控除、給与所得のある方は、所得税法により算出した給与所得の金額から10万円を控除して計算）
- ※4 住民税課税所得が145万円以上の被保険者（同一世帯の被保険者も含む）の方で、以下のいずれかに該当する方は「一般Ⅱ」または「一般Ⅰ」となります。
- ・ 同一世帯の被保険者が一人の場合、被保険者の収入が383万円未満の方
 - ・ 被保険者が世帯内に複数いる場合、被保険者の収入合計額が520万円未満の方
 - ・ 同一世帯の被保険者が一人でも、世帯内に70歳以上74歳以下の方がいる場合、その方の収入も含め収入合計額が520万円未満の方
 - ・ 昭和20年1月2日以降生まれの被保険者及びその属する世帯の被保険者については、総所得金額等から基礎控除額を差し引いた額の合計額が210万円以下の方
- ※5 住民税課税所得が28万円以上かつ以下の要件に該当する被保険者
- ・ 同一世帯の被保険者が一人の場合、「年金収入＋その他の合計所得金額」が200万円以上
 - ・ 被保険者が世帯内に複数いる場合、「年金収入＋その他の合計所得金額」の合計が320万円以上
- ※6 過去12か月以内に「外来＋入院」の限度額を超えた支給が3回以上あった場合、4回目から該当
- ※7 令和7年10月以降の上限額は18,000円
- ※8 一般Ⅰ・Ⅱの方の外来の年間上限は、8月から翌年7月の期間で算定

< 入院時の食事代の標準負担額（1食あたり） >

現役並み所得者 ※1，一般Ⅰ，一般Ⅱ		490円
指定難病患者等（低所得者Ⅰ，Ⅱ以外の方）		280円
低所得者Ⅱ ※1	90日までの入院	230円
	過去12か月で90日を超える入院 ※2	180円
低所得者Ⅰ ※1		110円

- ※1 住民税課税所得690万円未満と低所得者Ⅰ，Ⅱに該当する方で、『限度額適用認定証』もしくは『限度額適用・標準負担額減額認定証』の交付を受けようとする方は、「被保険者証」，「個人番号カード（マイナンバーカード）」をお持ちになり，保険年金課 後期高齢者医療グループ，又は各地区市民センター・各出張所までお越しください。
- ※2 過去12か月に限度額適用・標準負担額減額認定証を交付されていた方が対象となります。

(2) コルセット等治療用装具の購入費の支給

後期高齢者医療制度の被保険者で、医師が治療上必要と認めるコルセットや補装具を購入した場合には、療養費が支給されます。

問 保険年金課
後期高齢者
医療グループ
TEL 632-2307

< 手続き >

「被保険者証等」、「医師の意見書、証明書など」、「装着指示書（弾性着衣等の場合）」、「領収書（請求明細内訳を含む）」、「振込先のわかるもの（金融機関の通帳など）」をお持ちになって、保険年金課 後期高齢者医療グループ、又は各地区市民センター・各出張所までお越しください。

(3) 在宅訪問歯科診療

病気などの理由により歯科医院への通院が困難な方は、歯科医師が訪問し治療を行う、在宅訪問歯科診療を利用することができます。

問 宇都宮市
歯科医師会
TEL 625-6060

< 費用 >

保険診療の自己負担額と介護保険の自己負担額（介護認定を受けた方で、口腔衛生指導などを受けた方）

< 手続き >

歯科医院に直接お申し込みください。

※ 在宅訪問歯科診療を行う歯科医院については、宇都宮市歯科医師会にお問い合わせください。

(4) 訪問看護ステーション

かかりつけの医師の指示により看護師などが家庭を訪問し、病状観察、褥瘡の処置、リハビリテーション、家族への介護指導などを行います。

問 各施設に直接

< 訪問看護ステーション一覧 >

No.	施設名	所在地	電話番号
1	訪問看護ステーションハート	石井町 3261-4	666-8688
2	宮の橋訪問看護ステーション	今泉 3 丁目 13-1 喜多川マンション 202	688-0372
3	はなまる 訪問看護リハビリステーション	下岡本町 4520-13 みなみハイツ 102 号	678-2990
4	訪問看護あかり	駒生町 1224	902-1124
5	WADEWADE 訪問看護ステーション宇都宮	下栗町 2912-17	666-5420
6	とちぎ訪問看護ステーションうつのみや	下砥上町 643-1	612-6103
7	訪問看護ステーションさぎそう	白沢町 1813-16	673-8921
8	訪問看護ステーション風	城南 3 丁目 5-6	612-1383
9	訪問看護ステーション花みずき	上戸祭 3 丁目 3-24 KS ハイツⅢ101 号	612-4047
10	訪問看護ステーション青い鳥	宝木本町 1785-12	666-8260
11	訪問看護ステーションあるく	滝谷町 17-16	643-5586
12	訪問看護ステーションほっと	竹林町 958	626-5739
13	医心館訪問看護ステーション宇都宮Ⅱ	鶴田町 552	612-2101
14	ツクイ宇都宮 訪問看護ステーション	一の沢 2 丁目 16-21 ID ビル 102 号	650-3977
15	訪問看護ステーション虹	宝木町 2 丁目 1028-17	600-1604
16	訪問看護ステーション あやめ宇都宮鶴田	鶴田町 3389-5 メゾンドベル滝の原 106	610-7210
17	医心館訪問看護ステーション宇都宮	西一の沢町 12-22	611-3428
18	訪問看護ステーションここあ	八幡台 18-11	600-3735
19	フレアス 訪問看護ステーション宇都宮	東今泉 2 丁目 3-5 株式会社ティエフシー1北事務所	612-4564

6 保健サービス

No.	施設名	所在地	電話番号
20	曙訪問看護ステーション	平出町 413	660-7803
21	訪問看護ステーション星が丘	星が丘 1 丁目 7-38	623-0337
22	リハビリ訪問看護ステーションライブ	幕田町 41	611-1970
23	うつのみや訪問看護リハビリ ステーションにこっと	平出町 1777-3	660-2510
24	アドバンスケア訪問看護ステーション	御幸ヶ原町 136-69	613-0078
25	訪問看護ステーションみかん	御幸ヶ原町 135-8	680-6390
26	訪問看護ステーション デューン宇都宮	元今泉 4 丁目 8-21 U・I ビル 301 号室	635-5606
27	訪問看護ステーション 孫の手・うつのみや	元今泉 7 丁目 32-16	680-4377
28	訪問看護ステーションみやの杜	陽東 2 丁目 4-5	683-7821
29	訪問看護ステーション Fullness (ふるねす)	陽南 2 丁目 14-14	612-7453
30	TOPS (トップス) うつのみや 訪問看護リハビリステーション	吉野 2 丁目 8-23	666-6575
31	訪問看護ステーションあやめゆいの杜	ゆいの杜 5 丁目 6-21 2 階	670-3245
32	ファミリー訪問看護ステーション	上横田町 1338-15 メゾンマズブチ 102	305-4379
33	さつき訪問看護ステーション	花園町 17-12 ヒロビル 2 階	689-8367
34	訪問看護ステーション花みずきプラス	下荒針町 3614-4	678-8677
35	訪問看護ステーションあいので	江曾島 3 丁目 2577-1	678-2977
36	訪問看護ひなた	中岡本町 2566-43 シマハイツ 2-207	080-6534-4244
37	訪問看護ステーション あやめ宇都宮南	江曾島 3 丁目 1 1 0 3-3 コーポエイチアイ B102	666-6641
38	オレンジ訪問看護ステーション	上横田町 1338-15 メゾンマズブチ 105	305-4379
39	訪問看護ステーション あやめ宇都宮北	下岡本町 3760-11 岡本英明ハイツ 101 号室	688-0334
40	訪問看護ステーション リメンテ	東今泉 1 丁目 1-38 カーサジュン 101	306-2770
41	訪問看護ステーションアライズ宇都宮	東宿郷 3 丁目 2-3 カナメビル 702	666-8196

6 保健サービス

No.	施 設 名	所 在 地	電話番号
42	平松訪問看護ステーション Trust	平松本町 359-5 A106	050-8884-3637
43	みずほナーシングステーション	瑞穂 2 丁目 14-7	680-7705
44	訪問看護ステーション あやめ宇都宮東	陽東 3 丁目 22-20 あさひレジデンス 202	678-8230
45	訪問看護ステーション はっぴーらいふ	宝木町 1 丁目 3-134	666-7870
46	独立行政法人地域医療機能推進機構 うつのみや病院附属 訪問看護ステーション	南高砂町 11-17 独立行政法人地域医療機能 推進機構うつのみや病院内	655-3650
47	訪問看護かえりえ駒生	駒生町 1027-3	050-1753-9352
48	訪問看護リハビリステーション スマイルうつのみや	中戸祭 1 丁目 1-43 ワンダーランド戸祭館 3-C	666-4406
49	訪問看護ステーション グローバルナーシング	吉野 2 丁目 6-10 ヒガノビル 203	678-8621
50	訪問看護ステーション MGK24 栃木	宮町 3-5	612-4432
51	訪問看護ステーション Ciel Bleu	細谷 1 丁目 1-40 サンハイツアーデルⅢ105	090-6959-7963
52	エンズウェル 訪問看護ステーション	雀の宮 7 丁目 23-40 サンロイヤルⅡ103 号室	653-9020
53	訪問看護ステーションきずな	川田町 1008-6 リジェール 21 206 号	611-4012
54	訪問看護思いやり	さつき 2 丁目 3-5	623-1183
55	福笑訪問看護ステーション	駒生町 3367-52	678-5851
56	訪問看護ステーション あやめ宇都宮江川	瑞穂 1 丁目 26-5 ハイツプラネット 203 号室	612-3040
57	訪問看護ステーション えんじゅ宇都宮砥上	下砥上町 1431-4	648-5777
58	訪問看護ステーション ウェルフィン	松が峰 1 丁目 3-16 グラン宇都宮 704	612-8797
59	うらら訪問看護ステーション	宝木町 1 丁目 46-6 清雲荘 1 階 A	666-8750
60	ご長寿くらぶ宇都宮・上戸祭 訪問看護事業所	上戸祭町 339	678-3622
61	YOKODUNA 訪問看護ステーション	大寛 2 丁目 5-7	680-4527
62	訪問看護ステーション You&I (ゆうあい)	平松本町 1121-1 ユリーズプラザ 206 号	612-3095

6 保健サービス

No.	施設名	所在地	電話番号
63	訪問看護ステーション悠楽々宇都宮	宝木本町 1253-12	688-8244
64	訪問看護ステーションおむすび	西川田南 1 丁目 40-25	080-4154-0831
65	訪問看護ステーション sora.ai	元今泉 2 丁目 18-3 コート泉 2E102	050-8890-1548
66	トレモンテ訪問看護ステーション	石井町 2972-1	678-9337
67	Visiting Nurse Sunflower	下栗町 2278-2 フレールシャポー泉 A103	090-5422-0025
68	ツクイ・ポピルスガーデン宇都宮 訪問看護ステーション	細谷町 283-1	666-8330
69	らいとケア鶴田訪問看護ステーション	鶴田町 231-20	680-5874

< 手続き >

各訪問看護ステーションに直接お問い合わせください。

7 介護保険制度

介護保険制度は市区町村が保険者となって運営しています。40歳以上の方々が、加入者（被保険者）となって保険料を納め、介護が必要になった時に、費用の一部を支払って介護サービスを利用できるしくみです。

なお、介護サービスを利用するためには、要介護・要支援認定を受ける必要があります。

< 被保険者 >

	第1号被保険者	第2号被保険者
対象者	65歳以上の方	40歳から64歳までの医療保険加入者
受給条件	介護が必要と認定された方（どんな病気やけがが原因で介護が必要になったのかは問われません）	初老期における認知症、脳血管疾患、がん末期等の国が定める16種類の特定疾病により、介護が必要と認定された方

 高齢福祉課
介護保険料グループ
TEL 632-2907

< 保険料の決め方と納め方 >

	第1号被保険者 (65歳以上の方)	第2号被保険者 (40歳から64歳までの医療保険加入者)
保険料の 決め方	宇都宮市の介護サービスの利用量見込みなどから算出された「基準額」をもとに、所得段階【13段階】別に設定されていて、世帯内の市民税課税の有無や前年の合計所得金額などから所得段階が決まります。	加入している医療保険ごとの算定方法に基づき設定
保険料の 納め方	○ <u>年金からの差引により納める方</u> 特別徴収 年金受給額が年額18万円以上の方は、年金の支給月（年6回）に、介護保険料があらかじめ差し引かれます。老齢基礎年金・厚生年金などの老齢（退職）年金と、遺族年金、障害年金が特別徴収の対象です。 ○ <u>納付書や口座振替により納める方</u> 普通徴収 7月から翌年2月までの8期で保険料を個別に納付します。 ・ 各種年金受給額が年額18万円未満の方 ・ 年度の途中で65歳になった方 ・ 年度の途中で宇都宮市に転入した方 ・ 当初決定した保険料額が変更になった方	各医療保険の保険料と合わせて納付します。 ※ 詳しくは、加入している医療保険の保険者に確認してください。

＜第1号被保険者の保険料額＞

区 分	対 象	基準額に 対する割合	保険料年額 () 内は月額
第1段階	- 生活保護を受けている方 - 世帯全員が市民税非課税で、老齢福祉年金を受給している方 - 世帯全員が市民税非課税で、本人の前年中の公的年金等収入額及び前年の合計所得金額の合計額が80万9千円以下の方	基準額× 0.285	19,600 円
第2段階	世帯全員が市民税非課税で、本人の前年中の公的年金等収入額及び前年の合計所得金額の合計額が80万9千円を超え120万円以下の方	基準額× 0.485	33,300 円
第3段階	世帯全員が市民税非課税で、第1段階又は第2段階以外の方（上記以外の方）	基準額× 0.685	47,100 円
第4段階	世帯に市民税課税者がいて、本人が市民税非課税者で、前年中の公的年金等収入額及び前年の合計所得金額の合計額が80万9千円以下の方	基準額× 0.9	61,900 円
第5段階	世帯に市民税課税者がいて、本人が市民税非課税の方（上記以外の方）	基準額	68,800 円 (月 5,735 円)
第6段階	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が120万円未満の方	基準額× 1.2	82,500 円
第7段階	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が120万円以上210万円未満の方	基準額× 1.3	89,400 円
第8段階	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が210万円以上320万円未満の方	基準額× 1.5	103,200 円
第9段階	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が320万円以上500万円未満の方	基準額× 1.7	116,900 円
第10段階	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が500万円以上620万円未満の方	基準額× 1.9	130,700 円
第11段階	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が620万円以上720万円未満の方	基準額× 2.1	144,400 円
第12段階	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が720万円以上1,000万円未満の方	基準額× 2.3	158,200 円
第13段階	本人が市民税課税で、前年の合計所得金額が1,000万円以上の方	基準額× 2.4	165,100 円

※ 介護保険料は、確定申告の際の所得控除の対象になります。

＜保険料の減免＞

次のような事情により保険料を納めることが難しくなったときは、高齢福祉課へ申請することにより、保険料の減免が受けられることがあります。

ただし、減免の対象になるのは、その事情が発生した後に到来する納期の保険料からです。詳しくは高齢福祉課へご相談ください。

- 第1号被保険者又はその世帯の生計中心者が震災、風水害、火災などの災害により、住宅や家財などの財産に著しい被害を受けた場合

- 世帯の生計中心者の収入が、死亡や長期入院、事業の休廃止や本人の意思によらない失業、農作物の不作などの事情により著しく減少した場合
- その他特別な事情がある場合

＜介護サービス利用までの手続き＞

ア 申請の仕方

介護サービスを利用するためには、要介護・要支援認定申請が必要です。申請は、本人又は家族のほか、地域包括支援センターや居宅介護支援事業所、介護保険施設などに代行してもらうこともできます。

問 高齡福祉課
認定審査グループ
TEL 632-2986

● 申請に必要なもの

- ・ 介護保険被保険者証
- ・ 医療保険被保険者証（65歳以上の方は申請書に記入してあれば不要
※ ただし、40歳から64歳の方は必ず写しが必要）
- ・ 主治医（かかりつけ医）の氏名や医療機関名がわかるもの（診察券など）
- ・ 個人番号がわかるもの（マイナンバーカード、通知カードなど）

● 申請窓口

高齡福祉課（市役所2階D6窓口）、保健福祉総務課（市役所1階A18窓口）、各地区市民センター、各出張所

イ 認定調査から審査・判定、認定・通知まで

市の調査員が訪問し、日常生活の様子や介護の状況を伺います。また、同時に心身の状況について主治医に意見書を作成してもらいます。

この訪問調査結果や主治医意見書をもとに、保健・医療・福祉の専門家で構成される「介護認定審査会」で介護の必要度を審査、判定します。

判定結果に基づき、市が要介護度を認定し、認定結果通知書と被保険者証を郵送します。

ウ サービス計画（ケアプラン）の作成（要介護・要支援の認定を受けた場合）

- ① 在宅でサービスを利用したい場合は、居宅サービス計画（ケアプラン）を作成し、計画に応じた「居宅サービス」を利用します。

問 高齡福祉課
介護サービスグループ
TEL 632-2906

居宅サービス計画は、介護支援専門員（ケアマネジャー）などの専門家に作成を依頼することができ、介護支援専門員は本人や家族、サービス事業者と話し合いの上、利用者の状況に応じた適切な計画を作成します（無料）。

※ 要介護度に応じ、次のとおり依頼先が異なります。

- ・ 要介護者 ＝ 居宅介護支援事業所
- ・ 要支援者 ＝ 介護予防支援事業所（地域包括支援センター等）

※ また、利用者自身が作成することもできます。

- ② 「地域密着型サービス」の利用を希望する場合は、直接事業所へ連絡又は居宅介護支援事業所、地域包括支援センターにご相談ください。

③ 施設に入所・入院したい場合は、直接施設に連絡し、入所・入院の手続きを行います。（「施設サービス」の利用）

※ それぞれのサービスの対象者や種類は次のページの表をご参照ください。

< 利用者負担 >

介護（予防）サービスを利用したときの利用者負担は、原則としてサービスにかかった費用の1割、2割又は3割（前年の所得等によって決定）です。利用するサービスによって、利用者負担とは別に食費・居住費や日常生活費などが必要となる場合や、介護保険の対象とならないサービス費用もあります。

問 高齢福祉課
介護サービスグループ
TEL 632-2906

< 介護保険で利用できるサービス >

居宅サービス		地域密着型サービス		施設サービス	
対象	要支援・要介護の認定を受けた方	対象	宇都宮市の被保険者で、 ①・②・③・⑥ 要介護1～5 ④・⑤要支援・要介護 ⑦要支援2～要介護5 ⑧原則要介護3～5	対象	要介護1～5の認定を受けた方のみ （①については、 原則要介護3～5）
① 訪問介護 ※1 （ホームヘルプ） ② 訪問入浴介護 ③ 訪問リハビリテーション ④ 訪問看護 ⑤ 居宅療養管理指導 ⑥ 通所介護 ※1 （デイサービス） ⑦ 通所リハビリテーション ⑧ 短期入所生活介護 ⑨ 短期入所療養介護 ⑩ 特定施設入居者生活介護 ⑪ 福祉用具貸与※2 ⑫ 福祉用具購入費の支給※3 ⑬ 住宅改修費の支給※4		① 定期巡回・随時対応型訪問 介護看護 ② 夜間対応型訪問介護 ③ 地域密着型通所介護 ④ 認知症対応型通所介護 ⑤ 小規模多機能型居宅介護 ⑥ 看護小規模多機能型居宅 介護 ⑦ 認知症対応型共同生活介護 （グループホーム） ⑧ 介護老人福祉施設入所者 生活介護（特別養護老人ホ ーム）		① 介護老人福祉施設 （特別養護老人ホーム） ② 介護老人保健施設 （老人保健施設） ③ 介護医療院	

○ ご注意下さい

- ※1 訪問介護、通所介護…要介護の認定を受けた方のみサービスが利用できます。要支援の認定を受けた方は、介護予防・生活支援サービス事業の訪問型サービス及び通所型サービス（P55）を利用することができます。
- ※2 福祉用具貸与…要介護状態区分により、貸与が受けられない場合があります。
- ※3 福祉用具購入…県又は市の指定を受けた指定業者で購入した支給対象種目のみが対象です。
- ※4 住宅改修…必ず「改修前に市に申請し、事前確認を受けること」が必要です。
- ※ 本市所在のサービス付き高齢者向け住宅などに入所し、住所地特例により他

市町村被保険者となっている方は、地域密着型サービスのうち①、②、③、④、⑤、⑥のサービスが利用できます。

<紙おむつ購入費の支給（市町村特別給付）>

宇都宮市独自のサービスとして、在宅で要介護1～5の方が使用する紙おむつ（尿取りパッドを含む）の購入費を支給します。

1か月あたりの購入額5,500円を限度としてその9割、8割又は7割を支給します。

問 高齢福祉課
介護サービスグループ
TEL 632-2906

● 支給方法（次の2つの方法から選択できます。）

① 紙おむつ宅配（受領委任払い）

市に登録している紙おむつ宅配事業者が、利用者の自宅等に紙おむつを宅配します。配達は、原則、毎月1回、宇都宮市内のみで、商品受取時に購入金額から保険給付分を差し引いた額を事業者にお支払ください。

② 償還払い

店舗等で紙おむつを購入し、申請書と領収証（ただし書に「大人用紙おむつ」）を市の窓口に提出します。後日、市から保険給付分が支給されます。

※ 要支援1・2の認定を受けた方 及び 介護保険施設（短期入所を含む）や病院に入所・入院の期間に購入（宅配含む）されたものは対象となりません。

<利用者負担の軽減>

申請により認定を受けることで、介護サービス利用に係る利用者負担額の軽減を受けることができます。

問 高齢福祉課
介護サービスグループ
TEL 632-2906

介護保険負担限度額認定

介護保険の施設サービスや短期入所生活介護等を利用する際の食費と居住費（滞在費）を減額します。

● 対象者

世帯全員（別世帯の配偶者を含む）が市民税非課税であって、預貯金等が一定額以下の方又は生活保護受給者

● 対象施設

特別養護老人ホーム（地域密着型含む）、介護老人保健施設、介護医療院、短期入所生活介護、短期入所療養介護

社会福祉法人利用者負担減額認定

社会福祉法人が提供する介護サービスの利用者負担額を減額します。（市に軽減措置の実施を申し出た法人の事業所が対象です。）

● 対 象

次の全てに該当する方又は生活保護受給者

- ① 世帯全員が市民税非課税
- ② 年間収入が単身世帯で150万円
（1人増えるごとに50万円を加算）以下
- ③ 預貯金額が単身世帯で350万円
（1人増えるごとに100万円を加算）以下
- ④ 居住財産を除き世帯全員が活用できる資産を所有していない。
- ⑤ 負担能力のある親族に扶養されていない。
- ⑥ 介護保険料を滞納していない。

特別な事情による利用者負担額減免

主に世帯の生計を支えている方の収入が、長期入院や失業などにより著しく減少したり、本人又は主に世帯の生計を支えている方が、自然災害や火災などにより住宅や家財などの財産に著しい損害を受けたりした場合で、介護サービス利用に係る費用を負担することが困難な方は減免が受けられますので、ご相談ください。

高額介護サービス費の支給

1か月に利用した世帯での利用者負担の合計額が、一定の利用者負担上限額を超えた場合、高額介護サービス費が支給されます。

高額医療合算介護サービス費の支給

医療費と介護サービス費の利用者負担を年間（8月～翌年7月）で合算し、一定の自己負担限度額を超えた場合、高額医療合算介護サービス費が支給されます。

※ 利用者負担上限額及び自己負担限度額は、それぞれ所得に応じた段階があります。

8 介護予防・日常生活支援総合事業

高齢者が住み慣れた地域で自分らしい暮らしを継続できるよう、地域での介護予防の取組や住民主体の活動を支援しながら、高齢者の状況に応じた多様で柔軟なサービスを提供します。

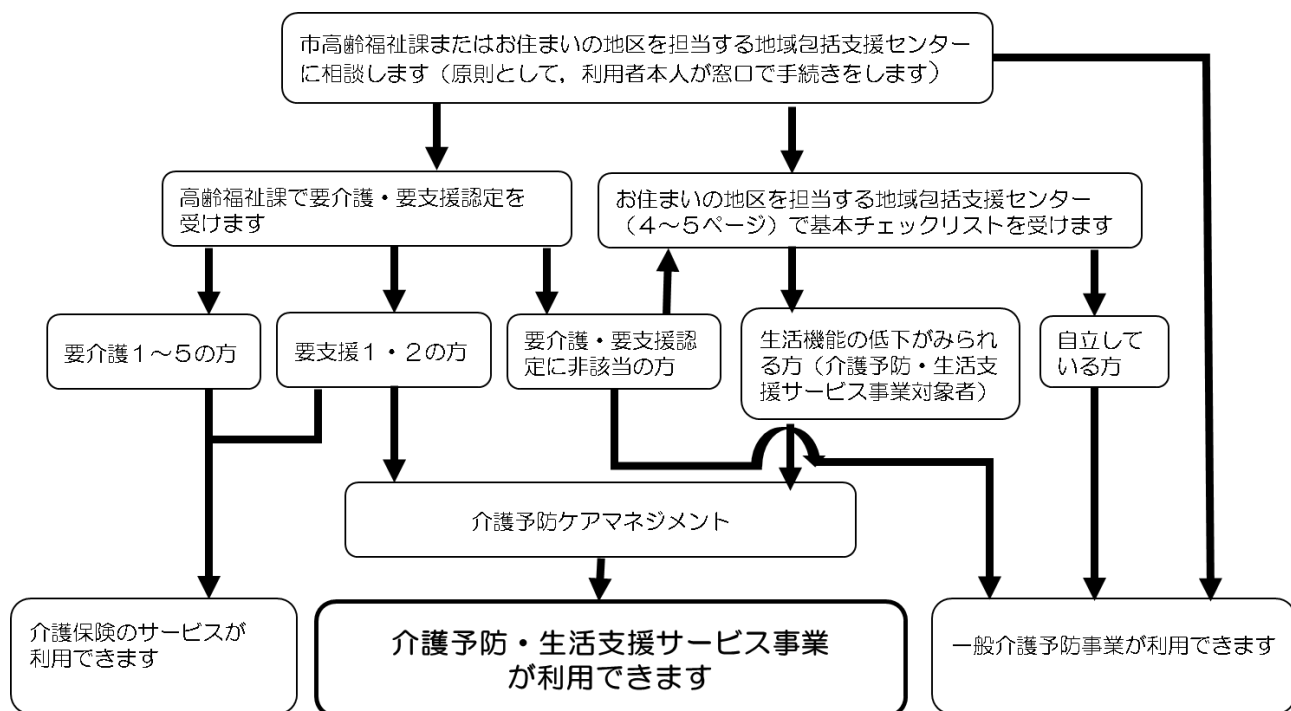
(1) 介護予防・生活支援サービス事業

< 対象者 >

- ・ 要支援1・2の認定者
- ・ 基本チェックリスト（※）により生活機能の低下がみられる65歳以上の方
- ※ 基本チェックリスト …

生活機能低下の状態などを判断する25の質問項目で構成されるもの

< 手続き >



問 高齢福祉課
認定審査グループ
TEL 632-2986
※ 申請手続きに関すること

※ 介護予防・生活支援サービス事業を利用している方が要介護1～5のいずれかに認定された場合でも、サービスA・サービスBを継続的に利用するなど、本市が定める要件に該当する方については、継続して介護予防・生活支援サービス事業を利用できます。

< 介護予防ケアマネジメント >

サービスを利用する場合は、お住まいの地区を担当する地域包括支援センター等が中心となって、本人や家族、サービス事業所と話し合いの上、利用者の状況に応じた適切な計画（ケアプラン）を作成し、計画に沿ってサービスを利用します。

問 高齢福祉課
介護サービスグループ
TEL 632-2906

問 高齡福祉課
介護サービスグループ
TEL 632-2906

< 介護予防・生活支援サービス事業で利用できるサービス >

訪問型サービス	通所型サービス	その他の生活支援サービス
① 訪問型サービス相当 ホームヘルパーが定期的に居宅を訪問し、身体介護（安全な食事や入浴などのための見守りや介助）や生活援助（掃除や洗濯，調理，買い物などの支援）を行います。 ② 訪問型サービスA 宇都宮市が実施する研修の修了者などが定期的に居宅を訪問し、生活援助（掃除や洗濯，調理，買い物などの支援）を行います。 ③ 訪問型サービスB 宇都宮市の登録を受けた団体（NPOや自治会，ボランティア団体など）の会員が定期的に居宅を訪問し、安否確認を兼ねた簡単な家事援助（掃除や草取り，ごみ出しなど）を行います。 ④ 訪問型サービスC 看護師などの専門職が居宅を訪問し、生活機能を改善するための指導を短期間（約3か月間）で集中的に行います。	① 通所型サービス相当 通所介護（デイサービス）施設で、食事や入浴などの日常生活上の支援や、これらの動作をスムーズに行うための専門職の指導による練習などを日帰りで行います。 ② 通所型サービスA 身近な通所介護（デイサービス）施設で、介護予防に向けた運動やレクリエーションなどを行います。 ③ 通所型サービスB 自治会館などの身近な交流施設などで、介護予防に向けた簡単な運動やレクリエーションなどを行います。 ⑤ 通所型サービスC リハビリテーション専門職がいる介護事業所などで、生活機能を改善するための運動等を短期間（約3か月間）で集中的に行います。	① 配食サービス 栄養改善や見守りを目的とした配食を行います。

※ 本市では、地域における支え合い活動の充実に向け、地域住民主体の自主活動としてサービスBを実施する団体（NPO，自治会，ボランティア団体など）を対象に、事業の運営などにかかる経費の一部を補助しています。詳しくは高齡福祉課 介護サービスグループにお問い合わせください。

< 利用者負担 >

利用者負担は、原則としてサービスにかかった費用の1割，2割又は3割（前年の所得等によって決定）です。利用するサービスによって、利用者負担とは別に食費や日常生活費などが必要となる場合や、介護保険の対象とならないサービス費用もあります。

問 高齡福祉課
介護サービスグループ
TEL 632-2906

(2) 一般介護予防事業

いつまでも元気に過ごしていただくために、介護予防に役立つ事業を行います。

介護予防教室（はつらつ教室）

65歳以上の要介護（支援）認定を受けていない方などを対象に、介護予防のための運動や認知症予防などについて学ぶ教室を実施します。

問 高齢福祉課
相談支援グループ
TEL 632-2357

< 費 用 >
無 料

< 手続き >
お近くの地域包括支援センター（P5参照）に直接お問い合わせください。

いきいき健康サッカー教室／自転車教室／バスケットボール教室

65歳以上で軽い運動のできる方を対象に、地域密着型プロスポーツチーム（栃木サッカークラブ・宇都宮ブリッツェン・宇都宮ブレックス）の選手などと一緒にストレッチや簡単な運動などを行う教室を開催します。日程等については、広報うつのみや及び市のホームページでお知らせします。

問 高齢福祉課
相談支援グループ
TEL 632-2357

< 費 用 >
無 料

介護予防講演会

市内在住の65歳以上の方や、その支援にかかわる方を対象に、介護予防についての講演会を開催します。日程等については、広報うつのみやでお知らせします。

問 高齢福祉課
相談支援グループ
TEL 632-2357

< 費 用 >
無 料

< 手続き >
高齢福祉課 相談支援グループに直接お問い合わせください。

高齢者等地域活動支援ポイント事業

高齢者等が充実した高齢期を送ることができるよう、また、まちづくりの担い手として活躍できるよう、高齢者等の社会参加や健康づくり、生きがいを促進することを目的とした事業です。

60歳以上の方が取り組む「地域貢献活動」や65歳以上の方が取り組む「健康づくり活動」に対してポイントを付与し、貯めたポイントを市の施設利用券や介護保険料の充当など活動奨励物品と交換することができます。

詳しくは、宇都宮市社会福祉協議会 ボランティアセンター内ポイント事業受付窓口にお問い合わせください。

問 市社会福祉協議会
ボランティアセンター内
ポイント事業受付窓口
TEL 614-8011

9 その他の制度等

問 宇都宮税務署
TEL 621-2151
(自動音声案内)

問 市民税課
個人市民税
第1～第4グループ
TEL 632-2233, 2221
2214, 2217

(1) 所得税・住民税の所得控除

所得税, 住民税には次のような控除があり, 所得金額から差し引くことができます。

種 類				控 除 額	
				所得税	住民税
障がい者控除 (※)	障がい者	本人又は 同一生計 配偶者・ 扶養親族	・身体障がい者手帳 3～6級の方 ・知的障がい者 療育手帳B1・B2の方 ・精神障がい者手帳 2～3級の方など	27 万円	26 万円
	特別 障がい者		・身体障がい者手帳 1～2級の方 ・知的障がい者 療育手帳A1・A2の方 ・精神障がい者手帳 1級の方 ・寝たきりで複雑な介護が必要な方など (60ページ「障がい者控除対象者認定書」参照)	40 万円	30 万円
	同居特別 障がい者	特別障がい者である同一生計配偶者や扶養親族で、 本人や配偶者, 生計を一にする親族のどなたかとの 同居を常としている方	75 万円	53 万円	
ひとり親控除		総所得金額等が48万円以下の生計を一にする子 を有する現に婚姻をしていない方で, 住民票上, 婚 姻と同様の事情にある人の記載がなく, かつ, 合計 所得金額が500万円以下の方	35 万円	30 万円	
寡婦控除		夫と離婚した後, 婚姻していない方で, 子以外の扶 養親族を有し, 住民票上, 婚姻と同様の事情にある 人の記載がなく, かつ, 合計所得金額が500万円 以下の方	27 万円	26 万円	
		夫と死別した後, 婚姻していない方, 又は, 夫が生 死不明の方で, 住民票上, 婚姻と同様の事情にある 人の記載がなく, かつ, 合計所得金額が500万円 以下の方			

種 類			控 除 額	
			所得税	住民税
配偶者控除	70歳以上の控除対象配偶者がいる方	合計所得金額が900万円以下の方	48万円	38万円
		合計所得金額が900万円超950万円以下の方	32万円	26万円
		合計所得金額が950万円超1,000万円以下の方	16万円	13万円
		合計所得金額が1,000万円超の方	適用なし	
	70歳未満の控除対象配偶者がいる方	合計所得金額が900万円以下の方	38万円	33万円
		合計所得金額が900万円超950万円以下の方	26万円	22万円
		合計所得金額が950万円超1,000万円以下の方	13万円	11万円
		合計所得金額が1,000万円超の方	適用なし	
医療費控除	(支払った医療費－保険金などで補てんされる金額)－ (総所得金額等×5%又は10万円のいずれか少ない額) 【最高200万円】			
医療費控除の特例 (セルフメディケーション税制)	(OTC医薬品購入費－保険金などで補てんされる金額)－1.2万円 【最高8.8万】 ・医療費控除との併用はできません。 ・本人が健康保持増進や疾病予防への一定の取組（健康診断の受診や予防接種など）を行っている必要があります。			

※ 障がい者控除は、16歳未満の扶養親族及び合計所得金額が1,000万円を超える納税義務者の同一生計配偶者についても適用されます。

(2) おむつ代の確定申告等における医療費控除

傷病によりおおむね6か月以上にわたり寝たきりであり、医師の治療を受けている方のおむつ代は、医療費控除の対象となります。

< 手続き >

確定申告書又は市民税・県民税申告書等を提出する際に、確定申告書等に『医療費控除の明細書』を添付し、併せてその方の治療を行っている医師が発行した『おむつ使用証明書（指定様式）』を、原則として添付又は提示します。（おむつ代の領収書について、確定申告等の際に添付又は提示は必要ありませんが、明細書の記入内容を確認するため、税務署等から提示又は提出を求める場合がありますので、自宅で5年間保存してください。）

なお、令和7年1月1日以降、令和6年分の確定申告書を提出し、おむつ代についての医療費控除を受ける場合、市長等が交付する『主治医意見書内容確認書』を『おむつ使用証明書』に代えることができます。

問 宇都宮税務署
TEL 621-2151
(自動音声案内)

問 市民税課
個人市民税
第1～第4グループ
TEL 632-2233, 2221
2214, 2217

問 高齢福祉課
認定審査グループ
TEL 632-2986

(3) 障がい者控除対象者認定書（税申告における障がい者控除）

障がい者手帳を所持していなくても、精神や身体に障がいのある満65歳以上の方で、その障がいの程度が、身体・知的又は精神障がい者に準ずる者として市長等の認定を受けている方については、障がい者控除を受けることができます。

また、障がい者手帳等を所持している方（例：身体障がい者手帳3～6級相当）のうち、本制度により特別障がい者控除の対象になる方も、申請することができます。

< 手続き >

「障がい者控除対象者認定書交付申請書」を、高齢福祉課認定審査グループ、障がい福祉課福祉サービスグループ、又は各地区市民センター・各出張所にご提出ください。

認定された場合、「障がい者控除対象者認定書」が交付されますので確定申告等の税の申告の際にご利用ください。

問 高齢福祉課
認定審査グループ
TEL 632-2986

問 障がい福祉課
福祉サービスグループ
TEL 632-2361

問 市民税課
個人市民税
第1～第4グループ
TEL 632-2233, 2221
2214, 2217

問 宇都宮税務署
TEL 621-2151
(自動音声案内)

(4) 年金制度

< 老齢基礎年金 >

国民年金保険料を納めた期間と免除された期間を合わせて10年以上ある方が、原則として65歳になったときに受けられる年金です。

問 保険年金課
国民年金グループ
TEL 632-2327

< 遺族基礎年金 >

国民年金の被保険者又は老齢基礎年金の受給資格を満たした方が死亡したときに、その方の子のある配偶者又は子(18歳到達年度の末日まで、1級又は2級の障がいの状態にあるときは20歳未満)に支給されます。ただし、保険料納付期間と免除期間を合算して加入期間の3分の2以上あること等が条件です。

詳しくは、保険年金課 国民年金グループにお問い合わせください。

(5) 成年後見制度

認知症等で判断能力が十分でないことにより、ご自身で介護・福祉サービスの利用手続きや預貯金など財産の管理が難しい場合に、家庭裁判所が選任する成年後見人等が、本人に代わって必要な手続きをしたり財産を管理したりして、本人の生活を支援する制度です。

制度の利用手続きの詳細は、宇都宮家庭裁判所にお問い合わせ下さい。

問 宇都宮家庭裁判所
TEL 621-4854

(6) おもいやり駐車スペース利用証交付事業

高齢者や障がいのある方などのための駐車スペースを適正にご利用いただくため、利用証を交付する事業です。

問 高齢福祉課
企画グループ
TEL 632-2903
問 保健福祉総務課
企画グループ
TEL 632-2919

対象者	必要書類・要件
① 身体障がい者	身体障がい者手帳（1～6級 14区分）
② 知的障がい者	療育手帳（障がいの程度A）
③ 精神障がい者	精神障がい者保健福祉手帳1級
④ 要支援高齢者等	介護保険被保険者証 要介護1～5 要支援1, 2
⑤ 難病患者	特定医療費（指定難病）受給者証，通知書（特定医療費申請結果），小児慢性特定疾病医療費受給者証，一般特定疾患医療受給者証
⑥ 妊産婦	母子健康手帳（原則として妊娠7ヶ月～産後1年） （多胎児の場合は，原則妊娠6ヶ月から産後2年）
⑦ 傷病人	・ 本人確認書類（運転免許証，保険証等） ・ 交付申請書への医師の記入又は医師が歩行に配慮が必要な期間を記入した診断書等

※ 対象によって申請窓口が異なりますので，ご注意ください。

＜ 利用証の交付 ＞

①～⑤：グリーン色，有効期限なし

⑥～⑦：オレンジ色，有効期限あり（交付時に有効期限を記入）

＜ 交付場所 ＞

- ・ 栃木県（本庁，健康福祉センター）
- ・ 県内市町（本庁，出先機関等）

※ 本市では，本庁高齢福祉課，保健福祉総務課，障がい福祉課，子ども支援課，保健所保健予防課，各地区市民センター，各出張所にて交付します。

＜ 手続き ＞

- ・ 必要書類をご持参の上，交付場所まで直接お越しください。
- ・ 要支援高齢者等の場合，要介護・要支援状態の区分が印字された，「介護保険被保険者証」（写しは不可）を持参の上，交付場所まで直接お越しください。その場で交付いたします。
- ・ 宇都宮市民以外であっても，栃木県に在住していることが確認できる場合は，本市の交付場所での手続きが可能です。

※ 郵送での手続きは受け付けておりませんが，栃木県保健福祉課でのみ電子申請システムでの申請が可能となりますので，詳しくは，こちらまでお問合せください。（TEL：623-3047）



(7) 高齢運転者等専用駐車区間制度

官公庁や福祉施設、公園など施設の利用が見込まれる場所でありながら駐車場が確保されていない又は足りない場所の付近道路を公安委員会で指定し専用の道路標識を設置しました。

この専用駐車区間で「専用場所駐車標章」を自動車前面ガラスの内側の見やすい箇所に掲出してください。

問 栃木県警察本部
交通規制課
TEL 621-0110(代)

問 各警察署
中央 623-0110(代)
東 610-0110(代)
南 653-0110(代)

< 交付対象者 >

- ① 70歳以上の高齢運転者
 - ② 妊娠中又は産後8週間以内の者
 - ③ 聴覚障がい又は肢体不自由を理由に普通自動車免許に条件が付されている者
- ※ 普通自動車免許を持った方が、上記いずれかの条件を満たした場合、標章交付対象者となります。

< 手続き >

「専用場所駐車標章」の申請・交付は、住所地を管轄する警察署で受け付けることができます。

詳しくは、最寄りの警察署交通課にお問い合わせください。

高齢運転者等専用駐車区間を表示する道路標識



標章車専用



標章車専用

【高齢運転者等標章自動車駐車可】

【高齢運転者等専用時間制限駐車区間】

(8) 「介護マーク」の配布

高齢者や障がいのある方などを介護する方が、介護中に公共のトイレ利用や買い物などをする際に、周囲から偏見や誤解を受けることのないよう、また、地域における日常的な支えあいづくりを推進するため、介護マークを配付しています。

本市では高齢福祉課及び障がい福祉課の窓口で配付しています。

【介護マーク】



制度については

☎ 栃木県高齢対策課

地域支援担当

TEL 623-3148

配付については

☎ 高齢福祉課

企画グループ

TEL 632-2903

☎ 障がい福祉課

企画グループ

TEL 632-2353

(9) 高齢者の転倒事故に注意しましょう

高齢者の転倒事故の多くが、住み慣れた自宅で発生しており、具体的な場所は、居間、寝室、玄関、階段、廊下、浴室となっています。加齢に伴い、身近な場所に転倒リスクがあることを意識し、「段差をなくす」、「手すりを付ける」、「滑り止めを敷く」、「コードの配線は歩く導線を避ける」、「床に物を置かない」など、転倒予防に向けた対策を行いましょう。

政府広報オンラインでは、高齢者の転倒事故や具体的な対策について動画などで分かりやすく紹介しています。

(URL: <https://www.gov-online.go.jp/useful/article/202106/2.html>)

また、本市では、高齢者住宅の改修の補助を行っています。詳しくはP 19～20をご覧ください。

This image shows a single sheet of white paper with rounded corners. At the top center, the word "MEMO" is printed in a bold, black, sans-serif font. Below the title, there are approximately 20 horizontal dashed lines spaced evenly down the page, providing a guide for handwriting. The entire sheet is framed by a thin black border.

高齢者サービスのしおり 2025

発行年月 令和7年4月

発行 宇都宮市保健福祉部高齢福祉課
〒320-8540 宇都宮市旭1丁目1番5号
TEL 028 (632) 2360
FAX 028 (632) 3040