
高齢者サービスのしおり

2026



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) 高齢者短期宿泊事業	13
(4) 緊急通報システム事業	14
(5) 認知症高齢者地域生活安心サポート事業	15
(6) 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
(7) 在宅高齢者等日常生活用具の給付	16
(8) 高齢者福祉補聴器の交付	17
(9) はり、きゅう、マッサージ施術料の助成（保険適用外）	18
(10) 高齢者住宅の改修	19
(11) 在宅高齢者家族介護慰労金の支給	21
(12) 家族介護教室	21
(13) ひとり暮らし高齢者等の安心ネットワーク事業	22
(14) 食の自立支援事業（配食サービス）	22
(15) 災害時要援護者支援事業	24
(16) ふれあい収集（戸別訪問収集）	25
(17) 図書などの郵送貸出サービス	25
(18) ファミリーケアサービス	26
(19) 福祉理美容サービス	26
(20) 車いすの貸出	27
(21) 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	32
(7) シニア向け講座・出張相談（みやシニア活動センター）	32

(8) 移動販売を活用した交流促進・生活支援事業	32
--------------------------------	----

4 敬老

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

55

(1) 介護予防・生活支援サービス事業	55
(2) 一般介護予防事業	57

9 その他の制度等

59

(1) 所得税・住民税の所得控除	59
(2) おむつ代の確定申告等における医療費控除	61
(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）	61
(4) 年金制度	62
(5) 成年後見制度	62
(6) おもいやり駐車スペース利用証交付事業	63
(7) 高齢運転者等専用駐車区間制度	64
(8) 「介護マーク」の配布	65
(9) 高齢者の転倒事故に注意しましょう	65
(10) 本市への遺贈寄附をお考えの方へ	66

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	●	●	●	●
	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	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		32	おおむね60歳以上の健康で働く意欲のある方			
	シニア向け講座・出張相談		32	●	●	●	●
	移動販売を活用した交流促進・生活支援事業		32	●	●	●	●
敬老	長寿のお祝い		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～	55	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～	57	●	●		
	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～	57	軽い運動のできる方			
	介護予防講演会		57	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～	58	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
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
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 保護第2グループ 生活福祉第2課 保護第3グループ 保護第4グループ 保護第5グループ 保護第6グループ	632-2105 2068 2465 2876 2891 2787
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。本人だけでなく家族や地域など、誰でも相談をすることができます。

< 開設日時 >

月曜日～金曜日（祝休日，年末年始を除く）

午前8時30分～午後5時15分

< お問合せ先 >

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

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。

また、相談・支援については、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、連携して対応しています。

< サービス内容 >

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、支援します。

【たとえば、こんなときに・・・】

- ・ 近所に心配なひとり暮らしの高齢者がいる
- ・ 地域の人たちと交流できるサロンなどを教えてほしい 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	鎧山町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**

問 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

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受け、必要に応じて、助言や他の専門窓口の紹介をしています。

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) ※ 要予約	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) ※ 要予約	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 午後1時～午後3時

※ 祝日、年末年始、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。(巡回相談は来所のみ)

※ 要予約の相談につきましては、相談日の3日前までにお申し込みください。

< 費用 >

無 料

< お問合せ先 >

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 >

月曜日～土曜日 (祝日・年末年始・その他休館日を除く)

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・年末年始を除く）

午後1時30分～午後4時

※ 若年性認知症に関する相談も受け付けています。

問 高齢福祉課
企画グループ
TEL 632-2332

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に開催しています。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・3日曜日 午後1時～午後3時 (祝日・年末年始を除く)
オレンジサロン あん	田下町 846-2	652-3525	金曜日 午前10時～午後2時 (祝日・年末年始を除く)
オレンジサロン えん	宝木町1丁目 2580	625-5668	月曜日～金曜日 午前10時～正午 (祝日・年末年始を除く)

名称	住所	電話番号	開設時間
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～午後 3 時 (祝日・お盆期間・年末年始を除く)
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～午後 4 時 (祝日・年末年始を除く)
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～午後 3 時 30 分 (祝日・年末年始を除く) ※ 11 月のみ第 3 金曜日

※ 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	月・火・水・金・土曜日 午前 9 時～午後 4 時 (祝日・年末年始を除く)
済生会宇都宮病院	竹林町 911-1	680-7010	月曜日～金曜日 午後 2 時～午後 4 時 (祝日・年末年始を除く)

※ 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い方や，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

< お問い合わせ先 >

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

 健康増進課
健康づくりグループ
TEL 626-1126

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。

< 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 午前9時30分～午後3時 （祝日・年末年始を除く）
宇都宮市保健センター	土曜日・日曜日 午前9時30分～午後3時 （祝日・年末年始を除く）

< 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。

うつのみやあんしん住まいネット

問 住宅政策課
住宅政策グループ
TEL 632-2552

住まい探しにお困りの方のご相談を無料で受け付けています。

< 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

< お問い合わせ先 >

操町3番10号 労働者協同組合労協センター事業団内
TEL：611-3250

※ 相談窓口へお越しになる場合は、事前にお電話ください。

< 手続き >

可能な範囲で、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）を整理し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すが、入居にかかる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歳以上で在宅の原則ひとり暮らしの高齢者や障がい者等に日常生活に必要な支援を行います。

① 高齢福祉課
福祉サービスグループ
TEL 632-2360

< 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

② 宇都宮市シルバー
人材センター事務局
TEL 633-5300

< 対象者 >

65歳以上で、前年所得税非課税世帯のうち、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

< 利用時間 >

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。

- ① 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

- ② サービス利用申込み … シルバー人材センター（事務局）

(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 >

年間最大60枚の入浴券を交付します。

① 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

< 手続き >

『無料入浴券交付申請書』に、必ず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。

(3) 高齢者短期宿泊事業

問 高齢福祉課
相談支援グループ
TEL 632-2357

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。

< 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

※ 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

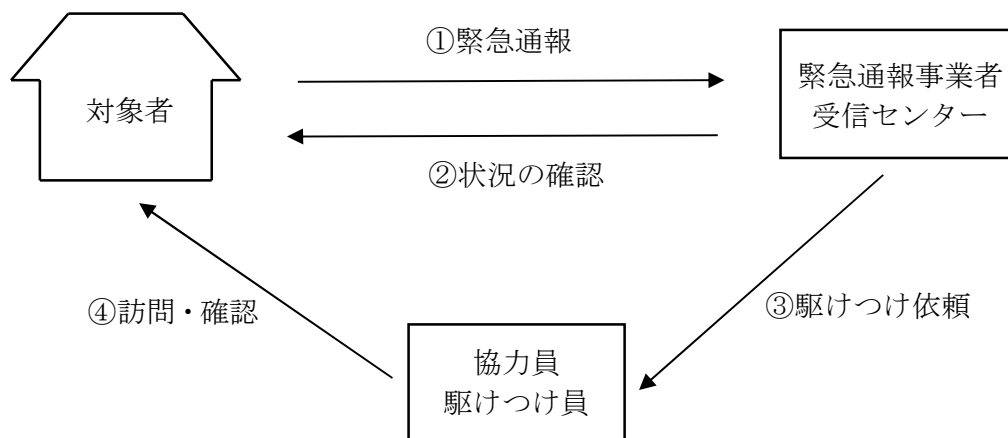
(4) 緊急通報システム事業

急病等の緊急時に、緊急通報装置を押すことにより、受信センターに通報が入り、通報時の状況を確認し、必要に応じて申請者が指定した協力員が対象者宅を訪問します。

また、日常時においては、受信センターが健康・生活相談を受けています。

問 高齢福祉課
福祉サービスグループ
TEL 632-2360

< 通報時の流れ >



< 対象者 >

- ・ おおむね65歳以上で、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。
 - ※ 協力員には、事業の内容等を説明の上、必ず同意を得てから申請をしてください。

< 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は、利用者の自己負担となります。

	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。

(5) 認知症高齢者地域生活安心サポート事業

問 高齢福祉課
企画グループ
TEL 632-2332

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くなるよう、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」をご案内します。

< 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、高齢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。

(6) 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、帰り道が分からなくなる方に G P S 端末を身に着けていただき、行方不明となったときに、家族が携帯電話やパソコンから位置情報を検索し、現在位置を特定することができます。

問 高齢福祉課
福祉サービスグループ
TEL 632-2360

下記の対象条件を満たし、協定事業者と契約しサービスを利用する場合、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）

※ サービスの内容等により、料金が異なります。

< 協定事業者 >

事業者	連絡先
セコム（株）	635-5101
（株）やさしい手	050-1752-5769

< 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A18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。

(7) 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現物給付します。

 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	A～D
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	A～B

< 費 用 >

生計中心者の前年の所得税額により、下記のとおり自己負担があります。

	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A18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) 高齢者福祉補聴器の交付

おおむね65歳以上で、下記要件に該当する方に、片耳分の高度難聴用補聴器を現物交付します。

問 高齢福祉課
福祉サービスグループ
TEL 632-2360

< 対象者 >

- ・ 市内に住所を有する、おおむね65歳以上の高齢者
- ・ 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

問 障がい福祉課
福祉サービスグループ
TEL 632-2361

- ※ 聴力レベルが身体障がいに該当する場合は、障がい福祉課へお問い合わせください。
- ※ 購入費用の補助ではありません。
- ※ 既に補聴器をお持ちの方は、対象となりません。

< 費用 >

生計中心者の前年の所得税額により、下記のとおり自己負担があります。

	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 (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A18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) 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使用できる助成券を交付します。

問 高齢福祉課
福祉サービスグループ
TEL 632-2367

< 助成内容 >

1枚1,000円の助成券を，1年度につき最大18枚交付します。

※ 下記のとおり申請月によって交付枚数は異なります。

申請月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
交付枚数	18枚	17枚	15枚	14枚	12枚	11枚	9枚	8枚	6枚	5枚	3枚	2枚

< 使用方法 >

- ・ 市に登録している施術所でのみ使用できます。
- ・ 1回の施術（1,000円以上）につき，1枚の助成券のみ有効です。
- ・ 助成券を使用した際の差額分は施術者にお支払いください。

< 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で申請してください。

(10) 高齢者住宅の改修

高齢者の転倒事故の多くが、住み慣れた自宅の居間、寝室、玄関、階段、廊下、浴室で発生しています。加齢に伴い、身近な場所に転倒リスクがあることを踏まえ、「段差をなくす」、「手すりを付ける」、「床に物を置かない」など、住環境の整備に向けた支援や呼びかけを行っています。

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 632-2977

< 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。

- ・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
- ・介護保険施設や病院などに入所・入院している方（一時帰宅を含む）

※ ただし、退所・退院日が決まっている方は利用できますので、工事着工前に、ケアマネジャー等にご相談ください。

< 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、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 >

段差解消、手すりの取付け等の原則として介護保険の対象となる改修工事（新築や増築、老朽化に伴う改修工事は対象外）

< 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、介護保険が優先）

< 手続き >

改修前に、高齢福祉課 福祉サービスグループにご相談ください。

また、改修前に必ず訪問調査を行います。

- ※ 改修工事着手後の申請は対象となりません。
- ※ 事前相談から訪問調査まで、最低1か月程度の期間を要します。
- ※ 3月末日までに工事の完了報告ができるよう、余裕をもった計画を立てたうえで、ご相談ください。

③ 住宅改修補助制度

持家や借家にお住まいの方、中古住宅を取得する方が、安全・安心・快適な居住環境を創出していただくことを目的に、住宅の性能や機能を向上させる改修工事費用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。

(11) 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歳以上で介護保険の要介護4・5の認定を受けており、申請月の前月から遡り1年間において、入院歴がなく、かつ介護サービスの利用日数の合計が10日以内の高齢者を、在宅で日常的に介護している家族

< 支給額 >

年額12万円

< 手続き >

『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。

(12) 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。

問 高齢福祉課
相談支援グループ
TEL 632-2357

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。

< 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。

(13) 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。

☎ 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

(14) 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。

☎ 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）により決定します。

< 費用 >

1食あたり 450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。

（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P55～56をご参照ください。

2 在宅福祉サービス

< 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 1 丁目 2-1	666-7816	昼・夕
宅配クック ワン・ツウ・スリー (宇都宮中央店)	雀宮町 566-1	688-3919	昼・夕
サン・エールキッチン	川田町 1076-2	612-4862	昼・夕
配食のふれ愛 宇都宮店	みどり野町 5-14 TY ビル 102	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

(15) 災害時要援護者支援事業

☎各担当課に直接

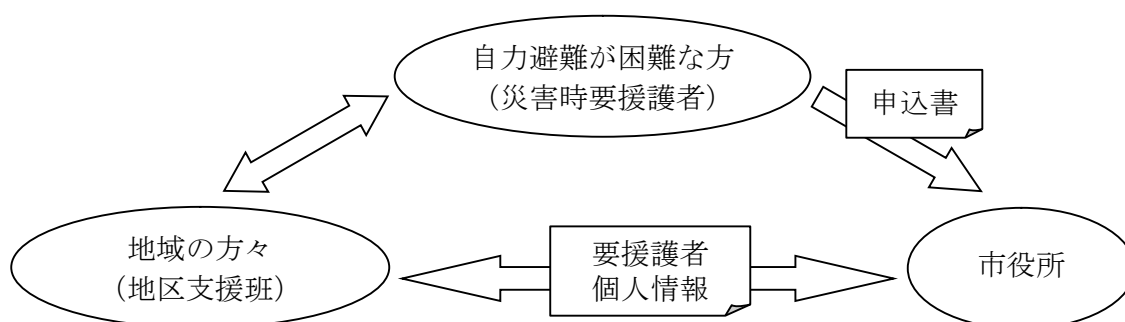
風水害や地震などの大規模な自然災害が発生又は発生が予想される場合に、自力での避難が困難な高齢者や要介護者の方などに事前に登録していただき、登録情報を市と地域で共有することにより、市と地域が協力・連携を図って要援護者の避難誘導や安否確認などの支援活動を行います。

< 対象者 >

高齢者（おおむね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)

(16) 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、ご相談ください。

< 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ください。

(17) 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で来館が困難な方などを対象に、図書などを郵送で貸出します。

※ 郵送貸出は、ご本人が利用する図書やCDなどに限ります。

< 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
- ・ 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・雑誌等が合わせて15冊まで、CD・カセットが合わせて5点まで、DVD・ビデオが合わせて5点まで

< 貸出期間 >

郵送期間を含め1か月以内

< 費用 >

無 料

< 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います。

はじめて郵送貸出を申し込まれる際は、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。申込みの際には、介護保険被保険者証や身体障がい者手帳の番号などを確認します。

(18) 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、訪問調査があります。

(19) 福祉理美容サービス

下記の対象者の方に、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

< 対象者 >

在宅の65歳以上の寝たきりで、要介護3～要介護5の方
（在宅には、住宅型有料老人ホーム、サービス付き高齢者住宅を含みます。）

< 費 用 >

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。

※ 理美容料金は、通常の料金をお支払いください。

< 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。

(20) 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1991-1	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。

(21) 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

問 高齢福祉課
福祉サービスグループ
TEL 632-2367

(1) 高齢者外出支援事業

交通系 I C カード「totra（記名式）」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 地域内交通 ライトライン	① 交通系 I C カード「totra（記名式）」に 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

※ 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 >

交通系 I C カード「totra（記名式）」、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 D 8 番窓口）、保健福祉総務課（市役所 1 階 A 18 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。

なお、交通系 I C カード「totra（記名式）」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 問 路線バス部 TEL：0570-031811	・駒生営業所 宝木町 2-820-1 ・池上定期券センター 池上町 4-9 ・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 ・石橋車庫 下野市文教 1-1-34
宇都宮ライトレール 問 車両基地 TEL：666-6074	・車両基地（平石停留場下車） 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

各施設に直接

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。

< 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 1991-1	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づくりを目的とした、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 >

JR雀宮駅や雀宮地区市民センター等と茂原健康交流センターを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 内〕
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。

問 栃木県
シルバー大学校
〔とちぎ
健康福祉協会 内〕
TEL 650-3366

< 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

問 栃木県高齢対策課
生きがいづくり担当
TEL 623-3048

< 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

< 入学手続き >

栃木県シルバー大学校事務局に直接お問い合わせください。

(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齢者を会員として登録し、就業の紹介をしています。

問 宇都宮市シルバー
人材センター事務局
TEL 633-5300

< 費用 >

年会費 2,000円

※ ただし、年度途中の新規入会で減額有

< 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。

< 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) シニア向け講座・出張相談（みやシニア活動センター）

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。

問 高齢福祉課
福祉サービスグループ
TEL 632-2368

< 主な事業内容 >

- ・ 出張相談（月1回）
- ・ 企画事業（各種講座等）の実施

(8) 移動販売を活用した交流促進・生活支援事業

身近な場所で買物ができる民間の「移動販売」を、地域住民の交流の場（老人クラブやふれあいいきいきサロンなど）に合わせて実施することにより、地域住民同士の交流の促進と、買物の利便性を高める生活支援、地域の見守り活動に取り組んでいます。

実施場所や時間帯は市のホームページでご確認ください。

（市公式ホームページ ページID：1043672）

問 高齢福祉課
企画グループ
TEL 632-2904



4 敬老

(1) 長寿のお祝い

問 高齢福祉課
福祉サービスグループ
TEL 632-2367

高齢者のご長寿を祝福して、祝金を贈呈します。

< 対象者 >

市内に引き続き3か月以上住所を有する満年齢が80歳，90歳，100歳の方

< 支給額 >

満80歳 … 10,000円

満90歳 … 30,000円

満100歳 … 100,000円

< 手続き >

80歳，90歳，100歳の誕生月の前月末頃に、『敬老祝金申請書』を，対象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

問 高齢福祉課
相談支援グループ
TEL 632-2357

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。

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）

問 各施設に直接

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。

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	632-7549	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	^{こうそんじゅ} 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られます。

(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	22,100～33,300	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	23,500～35,000	
	山王	24戸	21,200～31,900	
県営	松ヶ峰	7戸	22,800～43,200	栃木県住宅供給公社 中央支所 626-3198
	一の沢	17戸	22,700～42,400	

(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>)でご確認ください。

問 各住宅の
事業所に直接



(5) 有料老人ホーム

問 各施設に直接

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。

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

5 施設福祉サービス

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3-17	633-9555	59
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124-4	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	680-5494	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
25	ナーシングホームツリー宇都宮	住宅型	西原町54-5	678-5711	60
26	ホスピス対応型住宅リベル宇都宮	住宅型	築瀬町1894-10	678-5362	48
27	PDハウス宇都宮細谷町	住宅型	細谷町475-14	611-3803	60

(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>）でご確認ください。

問 各住宅の
事務所に直接



< 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	サンフレンズ宇都宮	元今泉7丁目19-1	03-5623-2050	27
3	さくらがおかケアセンター	宝木町2丁目2570-12	028-680-5490	20
4	さくらがおか江曾島	大和2丁目12-23	028-684-1555	31

5 施設福祉サービス

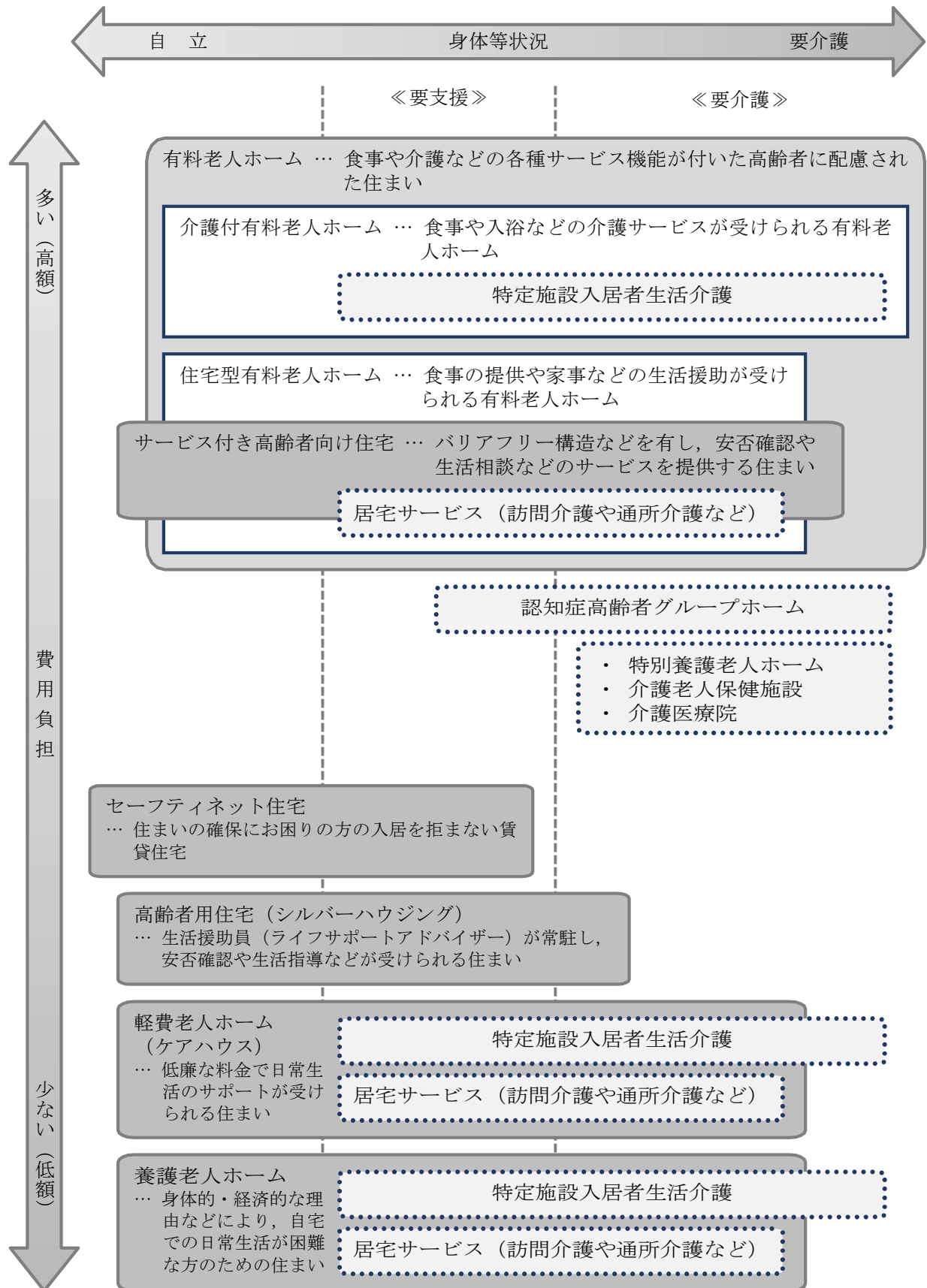
No.	住 宅 名	所 在 地	電話番号	戸数
5	とちのき鶴田	鶴田町 231-20	028-649-0067	51
6	とちのき上戸祭	上戸祭町 3004-2	028-649-0067	40
7	サービス付き高齢者向け住宅 さくらがおか	西原町 3534-2	028-666-4311	20
8	フォレストいこい	川田町 1020-9	028-680-6630	36
9	サービス付き高齢者向け住宅 ようきぐらし	西大寛 2 丁目 1-21	028-680-4125	17
10	サポネット越戸	越戸町 111-1	028-680-7690	25
11	ご長寿くらぶ宇都宮ビオス	下岡本町 2108-60	029-276-0660	32
12	ふるさとホーム宇都宮鶴田	鶴田 2 丁目 19-1	03-6435-6116	30
13	マドールガーデン「あかり」	駒生町 1219-1	028-902-1121	50
14	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
15	ハートランド宇都宮	鶴田町 1044-4	0495-71-6551	40
16	トレモンテ ^{みょうにちかん} 明日館	石井町 2972-1	028-662-4111	114
17	リビングサックス雀の宮	雀の宮 2 丁目 8-8	028-688-8414	34
18	まごころの家 宇都宮砥上北原	砥上町 337-2	0294-36-3405	26
19	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
20	ふるさとホームゆいの杜	ゆいの杜 5 丁目 10-23	03-6435-6116	35
21	ツクイ・サンフォレスト 宇都宮	築瀬 4 丁目 4-7	045-842-4115	76
22	ふるさとホーム宇都宮城南	城南 3 丁目 4-11	03-6435-6116	35
23	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
24	ふるさとホーム雀の宮	五代 2 丁目 31-28	03-6435-6116	35
25	あおぞら里の家	ゆいの杜 2 丁目 24-1	028-670-0551	60
26	ともいきの家みずほの	瑞穂 2 丁目 14-7	028-680-7705	36
27	プルミエールアミ岡本	下岡本町 2175-10	028-666-6526	20

5 施設福祉サービス

No.	住 宅 名	所 在 地	電話番号	戸数
28	リアンの家	下栗町 764-4	028-656-8110	28
29	あおぞら杜の家	清原台 6 丁目 20-29	028-670-0551	10
30	家族の家ひまわり 宇都宮富屋	下金井町 696-1	03-5466-1571	43
31	エルダーガーデン梁瀬	築瀬町 2563-5	03-6718-9363	40
32	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
33	ご長寿くらぶ宇都宮・岡本	下岡本町 2115-25	029-276-0660	21
34	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
35	ご長寿くらぶ 宇都宮御幸ヶ原	御幸ヶ原町 36-51	029-276-0660	23
36	トレモンテ一条陽明館	一条 2 丁目 6-25	028-662-4111	14
37	ココファン宇都宮	元今泉 5 丁目 8-19	03-6431-1860	50
38	昭和の里 宇都宮東	越戸町 109-1	03-6402-3393	35
39	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
40	あやめの郷 ゆいの杜	ゆいの杜 5 丁目 12-45	03-5472-7665	35
41	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
42	コープの家	緑 5 丁目 13-9	028-612-3721	28
43	アンジェス砥上	下砥上町 1431-4	075-393-7177	56
44	ココファン宇都宮宝木	宝木町 1 丁目 33-1	03-6431-1860	51
45	ハートランド宇都宮Ⅱ	宝木本町 1253-12	0495-71-6551	49
46	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
47	ココファン宝木貳番館	宝木町 1 丁目 2587-6	03-6431-1860	55
48	アンジェス宇都宮御幸本町	御幸本町 4732-11	075-393-7177	46
49	トレモンテ一条陽明館別邸	一条 2 丁目 1201-2	028-678-9337	4
50	トレモンテ陽明館宿郷	宿郷 2 丁目 9-16	028-662-4111	15

※ 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、手続きの必要はありません。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』が郵送されますので、誕生日以降は、その資格確認をお使いください。

ただし、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
- ・ 国民年金等の障害基礎年金証書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。

< 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	18,000円 年間上限※7 144,000円	57,600円 多数回 44,000円※6
一 般 Ⅰ ※1			1割		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 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		510 円
指定難病患者等（低所得者Ⅰ, Ⅱ以外の方）		300 円
低所得者Ⅱ ※1	90日までの入院	240 円
	過去12か月で90日を超える入院 ※2	190 円
低所得者Ⅰ ※1		110 円

- ※1 令和6年12月2日以降、紙の保険証の発行終了に伴い、限度額認定証及び限度額適用・標準負担額減額認定証の交付はなくなりました。マイナ保険証をお持ちの方は、マイナ保険証で限度額を確認することができます。マイナ保険証をお持ちでない方で各認定証を希望する場合は、任意記載事項併記の申請に基づき、所得区分を記載した「資格確認書」に限度区分も記載されます。申請希望の方は、「資格確認書」,「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 後期高齢者医療の窓口、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か月にマイナ保険証をお持ちの方か所得区分を記載した「資格確認書」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 >

「資格確認書等」「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。

(3) 在宅訪問歯科診療

問 宇都宮市歯科医師会
TEL 625-6060

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。

< 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

問 各施設に直接

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。

< 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	東宿郷 2 丁目 1-1	611-1540
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	666-6680
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	080-2680-5711
8	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
9	訪問看護ステーション青い鳥	宝木本町 1785-12	666-8260
10	訪問看護ステーションあるく	滝谷町 17-16	643-5586
11	訪問看護ステーションほっと	竹林町 958	626-5739
12	医心館訪問看護ステーション宇都宮Ⅱ	鶴田町 552	612-2101
13	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
14	訪問看護ステーション虹	宝木町 2 丁目 1028-17	600-1604
15	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
16	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
17	訪問看護ステーションここあ	八幡台 18-11	600-3735
18	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
19	曙訪問看護ステーション	平出町 413	660-7803
20	訪問看護ステーション星が丘	星が丘 1 丁目 7-38	623-0337

6 保健サービス

No.	施 設 名	所 在 地	電話番号
21	リハビリ訪問看護ステーションライブ	幕田町 41	611-1970
22	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
23	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
24	訪問看護ステーションみかん	御幸ヶ原町 135-8	680-6390
25	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
26	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
27	訪問看護ステーションみやの杜	陽東 2 丁目 4-5	683-7821
28	訪問看護ステーション Fullness (ふるねす)	陽南 2 丁目 14-14	612-7453
29	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
30	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	090-2226-4171
31	さつき訪問看護ステーション	花園町 2-2 リリー花園ビル 1 階	689-8367
32	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
33	訪問看護ステーションあいので	江曾島 3 丁目 2577-1	678-2977
34	訪問看護ひなた	中岡本町 2566-43 シマハイツ 2-207	080-6534-4244
35	訪問看護ステーション あやめ宇都宮南	江曾島 3 丁目 1103-3 コーポエイチアイ B102	666-6641
36	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	090-2226-4171
37	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
38	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
39	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
40	平松訪問看護ステーション Trust	平松本町 359-5 A106	050-8884-3637
41	みずほナーシングステーション	瑞穂 2 丁目 14-7	680-7705
42	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

6 保健サービス

No.	施設名	所在地	電話番号
43	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
44	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
45	訪問看護かえりえ駒生	駒生町 1027-3	050-1753-9352
46	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
47	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
48	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
49	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
50	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
51	訪問看護思いやり	さつき 2 丁目 3-5	623-1183
52	福笑訪問看護ステーション	駒生町 3367-52	678-5851
53	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
54	訪問看護ステーション ルーチェ宇都宮砥上	下砥上町 1431-4	648-5777
55	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	090-8190-8124
56	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
57	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
58	YOKODUNA 訪問看護ステーション	大寛 2 丁目 5-7	680-4527
59	訪問看護ステーション You&I (ゆうあい)	平松本町 1131-1 ユリーズプラザ 206 号	612-3095
60	訪問看護ステーション悠楽々宇都宮	宝木本町 1253-12	688-8244
61	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
62	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

6 保健サービス

No.	施設名	所在地	電話番号
63	トレモンテ訪問看護ステーション	石井町 2972-1	678-9337
64	Visiting Nurse Sunflower	下栗町 2278-2 フレールシャポー泉 A103	090-5422-0025
65	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
66	らいとケア鶴田訪問看護ステーション	鶴田町 231-20	680-5874
67	訪問看護ステーション晃陽	宝木本町 2313	665-5111
68	訪問看護ステーションツリー宇都宮	西原町 54-5	678-5711
69	訪問看護ステーションイノベル栃木	宮町 3-5 プランドール宮町 1 階	612-4432
70	訪問看護ステーションあおぞら	下岡本町 4022 サンホーム岡本 102	680-4390
71	訪問看護ステーションはりがや	針ヶ谷町 1001-1	611-3111
72	訪問看護ステーションルーチェ宇都宮 御幸本町	御幸本町 4732-11	601-7771
73	訪問看護リベル宇都宮	築瀬町 1894-10	678-5362
74	訪問看護あやは	西川田南 1 丁目 22-4 クランブレ西川田 104	050-3529-7494
75	サンウェルズ宇都宮細谷町訪問看護 ステーション	細谷町 475-14	611-3819
76	たいよう本舗アースナース	鶴田町 1973-18	678-4158
77	訪問看護ステーションあやめ上戸祭	上戸祭 4 丁目 4-13 ニューウィング谷 103	678-5222

< 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>年金からの差し引きにより納める方</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82万6,500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82万6,500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82万6,500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。

＜令和7年度税制改正に伴う令和8年度介護保険料の算定＞

令和7年度税制改正によって、令和7年中の給与所得控除の最低保証額が10万円（55万円⇒65万円）引き上げられたことにより、介護保険料収入の減少が見込まれることから、介護保険給付との収支のバランスを保つため、令和8年度介護保険料の算定においては、給与所得控除の最低保証額を改正前の控除額と同額に調整して計算します。また、本人及び世帯の市民税課税状況の判定についても、この計算方法により判定しますので、実際には市民税が非課税でも介護保険料の算定では課税とみなす場合があります。

＜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。

 高齢福祉課
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
- ・ 医療保険加入の確認ができる書類

(1) マイナ保険証を保有している場合

①～③のいずれかの方法により確認します。

- ① マイナポータルの「医療保険の資格情報画面※1」の提示
- ② 医療保険者が発行する「資格情報のお知らせ※2」の提示
- ③ 医療保険者が発行する「資格確認書※3」の提示

(2) マイナ保険証を保有していない場合

医療保険者が発行する「資格確認書※3」の提示により確認します。

※1 医療保険の資格情報画面

スマートフォン等でマイナポータルにログインして医療保険加入情報を確認できます。

※2 資格情報のお知らせ

医療保険者から、マイナ保険証を保有している者等に対して交付されます。

※3 資格確認書

- ・ 医療保険者から、マイナンバーカードを取得していない者、マイナンバーカードを保有しているが健康保険証利用登録を行っていない者等に対して交付されています。
- ・ 原則として本人の申請に基づき交付されます。

(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

高齢福祉課（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

市の調査員等が訪問し、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 高齢福祉課
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)		① 定期巡回・随時対応型訪問 介護看護		① 介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム)	
② 訪問入浴介護		② 夜間対応型訪問介護		② 介護老人保健施設 (老人保健施設)	
③ 訪問リハビリテーション		③ 地域密着型通所介護		③ 介護医療院	
④ 訪問看護		④ 認知症対応型通所介護			
⑤ 居宅療養管理指導		⑤ 小規模多機能型居宅介護			
⑥ 通所介護 ※1 (デイサービス)		⑥ 看護小規模多機能型居宅 介護			
⑦ 通所リハビリテーション		⑦ 認知症対応型共同生活介護 (グループホーム)			
⑧ 短期入所生活介護		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)			
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					

○ 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（P 5 6）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。

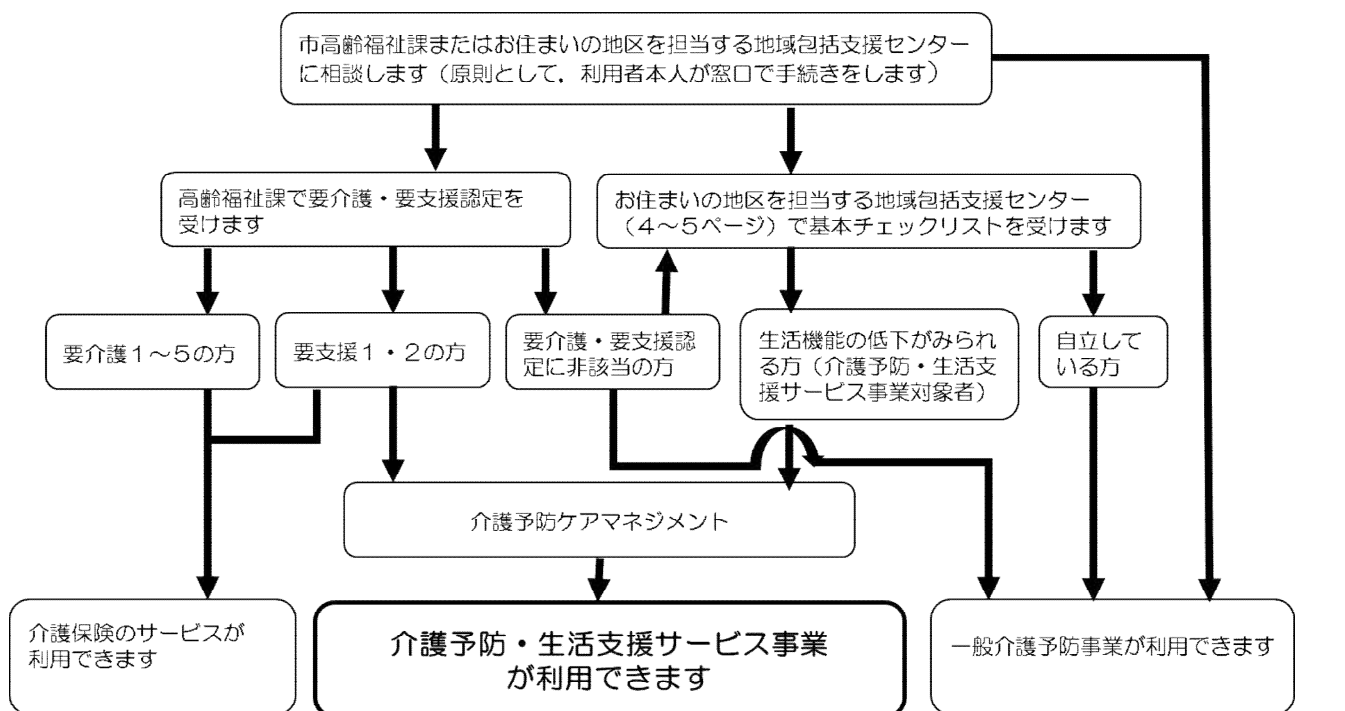
(1) 介護予防・生活支援サービス事業

< 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 >



※ 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）

問 高齢福祉課
相談支援グループ
TEL 632-2357

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。

< 費 用 >
無 料

< 手続き >
お近くの地域包括支援センター（P 5 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。

< 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。

< 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

高齢者等がまちづくりの担い手として活躍できるよう、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 ポイント事業受付窓口
市社会福祉協議会
ボランティアセンター内
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 (※1)	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 (61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58万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、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(※2) の控除対象配偶 者がいる方	納税者本人の合計所得金額が 900万円以下の方	48万円	38万円
		納税者本人の合計所得金額が 900万円超 950万円以下の方	32万円	26万円
		納税者本人の合計所得金額が 950万円超 1,000万円以下の方	16万円	13万円
		納税者本人の合計所得金額が 1,000万円超の方	適用なし	
	70歳未満(※2) の控除対象配偶 者がいる方	納税者本人の合計所得金額が 900万円以下の方	38万円	33万円
		納税者本人の合計所得金額が 900万円超 950万円以下	26万円	22万円
		納税者本人の合計所得金額が 950万円超 1,000万円以下の方	13万円	11万円
		納税者本人の合計所得金額が 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8.8万円】 ・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。			

※1 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者の同一生計配偶者についても適用されます。

※2 年齢は、その年の12月31日現在のものです。

(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場合に、おむつを使う必要があると認められるときのおむつ代は、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られ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日以後、令和6年分以後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』又は『主治医意見書』の写しを『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、介護認定を受けている満65歳以上の方で、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

問 保険年金課
国民年金グループ
TEL 632-2327

< 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。

< 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

問 宇都宮家庭裁判所
TEL 621-4854

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。

(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） （延長申請により1年延長することが可能）
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，栃木県の電子申請システムから申請が可能です。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、住み慣れた自宅の居間、寝室、玄関、階段、廊下、浴室で発生しています。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。

(10) 本市への遺贈寄附をお考えの方へ

遺贈寄附とは、生前に遺言書等によりご本人の意思を遺しておき、お亡くなりになった後に、遺産の一部又は全部を特定の団体等に寄附することをいいます。本市では、皆様から寄附につきまして、寄附者のご意思を尊重し、様々なまちづくり事業に活用させていただきます。

なお、本市への遺贈寄附の受け入れは原則「現金」のみとなっております。

 高齢福祉課
相談支援グループ
TEL 632-2356

< 手続き >

遺贈寄附を行う際には、相続や遺言書作成等の専門知識が必要となりますので、専門家（弁護士、司法書士、行政書士等）へ相談・依頼されることをお勧めします。

本市では、市民の方向けに遺贈寄附や相続等に関する専門家による無料相談を行っています。

< 足利銀行と「遺贈による寄附制度に関する協定」を締結 >

本市への遺贈寄附をお考えの方の相談や手続きが円滑に進むよう、足利銀行と「遺贈による寄附制度に関する協定」を締結しました。

足利銀行では、本市への遺贈寄附の相談や、遺言書作成から執行までのサービスを提供しています。

< 遺贈寄附の流れ（イメージ） >

1. 本市への遺贈寄附を検討
2. 相談（弁護士等の専門家、株式会社足利銀行）
3. 遺言書の作成（弁護士等の専門家、株式会社足利銀行）
4. 寄附者のご逝去後、遺言執行（弁護士等の専門家、株式会社足利銀行）

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, the page is filled with horizontal dashed lines, providing a guide for handwriting. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. The overall design is simple and functional, typical of a notebook or memo pad.

高齢者サービスのしおり 2026

発行年月 令和8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