

お知らせ

1003810
65歳以上の
介護保険料納入通知書を
7月1日に発送します

令和2年度の納入通知書が届いたら、内容をご確認ください。

▼納付方法 特別徴収Ⅱ年6回の年金から差し引いて納付。普通徴収Ⅱ特別徴収ではない人は、納付書または口座振替で納付。

納付書で納める場合は、納付書の裏面に記載された各窓口で納付してください。

▼納期限（普通徴収第1期） 7月31日。

問 高齢福祉課 ☎(632) 2907

1016480
施設所でご確認ください
施設所届出済証シール



あん摩マッサ
ージ指圧・はり・
きゅうを職業と
して行うには、
法律で定めた資
格が必要です。

市では、法律に基づいて開設届け出を行っている施設に、シール（右の図参照）を配布しています。あん摩などの施術を受ける際に

後期高齢者医療 被保険者の皆さんへ

■保険料額決定通知書を発送します 1000692
7月中旬に「保険料額決定通知書」と「保険料納入通知書（納付書）」を送付します。保険料を納付書で納める人は、納付書の裏面に記載した金融機関や各図などで納めてください。また、コンビニエンスストアでも納付できます。

■被保険者証を発送します 1000695
現在お使いの被保険者証の有効期限は7月31日です。8月から使用する新しい被保険者証を7月下旬に発送しますので、有効期限の切れた被保険者証は、8月1日以降に、保険年金課（市役所1階A16窓口）、各図・田へお返しください。

■限度額適用・標準負担額減額認定証の手続きをお忘れなく 1000701
診察を受ける際に認定証を医療機関に提示すると、医療費の支払いを一定額にとどめることができます。また、世帯全員が住民税非課税の人は、入院時の食事代も減額になります。

▼対象 住民税課税所得が145万円以上690万円未満（所得区分が現役並みⅠまたはⅡに該当）の人、世帯全員が住民税非課税の人。

▼申請方法 被保険者証、印鑑（ゴム印不可）をお持ちの上、保険年金課・各図・田へ。

▼その他 次のどちらかに該当する人には、認定証を被保険者証に同封して送付しますので、申請は不要です。①過去に「限度額適用認定証」の交付を受けたことがあり、令和2年度の所得区分が現役並みⅠまたはⅡに該当する。②過去に「限度額適用・標準負担額減額認定証」の交付を受けたことがあり、令和2年度の所得区分が低所得区分に該当する。

問 保険年金課 ☎(632) 2307

は、有資格者であることをご確認ください。

問 保健所総務課 ☎(626) 1103

1003847
介護保険の施設サービス
などを利用する際の
食費・居住費を軽減します

▼内容 「負担限度額認定」により食費・居住費の負担が軽減されます。

利用者負担段階（軽減の程度）は本人の課税年金収入と非課税年金（遺族年金・障害年金など）収入などに基づき判定します。

▼対象 世帯全員と配偶者が住民税非課税で、本人と配偶者の預貯金などが一定額以下の人。

▼その他 認定の有効期間は、毎年7月31日までです。引き続き認定が必要な人は、7～8月中に更新の申請を行ってください。

問 高齢福祉課 ☎(632) 2905

1003827
介護保険負担割合証を
発送します

8月からの介護サービスなどの利用者負担割合（1～3割）を記載した「介護保険負担割合証」を

7月下旬に発送します。
▼適用期間 8月1日～令和3年7月31日。

▼対象 要支援・要介護認定を受けている人、介護予防・生活支援サービス事業の対象者。

▼その他 8月以降、新たに要介護・要支援認定または基本チェックリストを受ける人に順次発行します。

介護サービスなどを利用する場合は、必ずこの負担割合証を事業者に提示してください。
問 高齢福祉課 ☎(632) 2905

国民健康保険被保険者の皆さんへ

1 7月10日に国民健康保険被保険者証を発送します

国民健康保険被保険者証の有効期限は7月31日です。8月1日からの被保険者証を発送しますので、月末までに被保険者証が届かない場合は早めにお問い合わせください。

▼**注意事項** 8月1日以降に医療機関などを受診する時は、新しい保険証を提出してください。

☎保険年金課 ☎ (632) 2320

2 国民健康保険の脱退

☎ 1003752

社会保険など他の保険に加入している人で国民健康保険の被保険者証が届いた人、または、新たに社会保険などの医療保険に加入した人は、国民健康保険脱退の手続きが必要です。社会保険などの被保険者証をお持ちの上、保険年金課(市役所1階A14窓口)、各☎・☎へ。郵送による手続きを行う場合、市☎をご覧ください。電話で、保険年金課 ☎ (632) 2320へ。

3 国民健康保険の「限度額適用認定証」などの更新(一部変更あり)

☎ 1003760

限度額適用認定証などの有効期限は7月31日です。引き続き利用を希望する人は、8月中に更新の手続きをしてください。今年度に限り、70歳以上で、すでに交付を受けている人は7月中に認定証を郵送します。

▼**申請期限** 8月31日。

▼**申請方法** 国民健康保険被保険者証、世帯主の印鑑(ゴム印不可)、個人番号の分かるもの(マイナンバーカードや個人番号通知カード)、限度額適用認定証(更新者のみ)、国民健康保険税第1期分の領収書をお持ちの上、直接、保険年金課(市役所1階A13窓口)、各☎・☎へ。

▼**その他** 8月初めなど、混雑する時期を避けてください。バンバ☎(馬場通り4丁目・うつのみや表参道スクエア5階)の受け付けは、平日、午前10時～午後5時15分です。

☎保険年金課 ☎ (632) 2316

4 7月10日に国民健康保険税納税通知書を発送します

☎ 1003765

■納付方法

▼**納付書での納付** 市内に本・支店のある金融機関、各☎・☎へ。バーコードがある納付書は、納期限内であれば、コンビニエンスストアでも納付できます。

▼**口座振替** 申し込みは、通帳・銀行届出印・保険証または納税通知書をお持ちの上、市内に本・支店のある金融機関へ。また、保険年金課(市役所1階A15番窓口)では、キャッシュカードだけで申し込み可。

▼**ペイジー** 金融機関のATMとインターネットバンキングで納付できます。

■**納期限(第1期と全期前納)** 7月31日。

■国民健康保険税の軽減

世帯の所得の合計額が一定額以下の場合、医療保険分・後期高齢者支援金分・介護保険分の均等割額と平等割額を7割・5割・2割軽減します(下の表の通り)。

ただし、軽減を受けるためには、世帯全員の所得の申告が必要です(申請は不要)。

国民健康保険税の軽減の判定基準

軽減割合	令和元年中の世帯の所得の合計額
7割軽減	33万円以下
5割軽減	33万円+(28.5万円×被保険者数)以下
2割軽減	33万円+(52万円×被保険者数)以下

■倒産・解雇・雇い止めなどによる離職者のための軽減制度

▼**期間** 離職の翌日から翌年度末まで。

▼**対象** 離職時の年齢が64歳以下で、雇用保険の特定受給資格者または特定理由離職者として失業給付を受ける人。

▼**軽減額** 前年の給与所得を100分の30とみなして所得割額を算定。

▼**その他** 軽減を受けるためには申請が必要です。

■国民健康保険税の減免制度

▼**新型コロナウイルス感染症の影響により、世帯主の収入の減少など一定の要件を満たす場合は、申請により保険税が減免となります。詳しくは、納税通知書に同封のちらしか市☎をご覧ください。申請は郵送でお願いします。**

▼**災害などで住宅に損害を受けた場合や病気・廃業などにより前年度と比較して所得が大幅に減少したなど、特別な事情により生活困窮し、納付困難な場合は、申請により保険税が減免になる場合があります。ただし、納期限を過ぎた期別の税額は減免の対象となりませんので、お早めにご相談ください。**

▼**7月中は窓口が大変混雑するため、減免制度などに関するお問い合わせは電話またはEメールで、保健年金課 ☎ (632) 2320、☎u1809@city.utsunomiya.tochigi.jpへ。**

☎保険年金課 ☎ (632) 2320

お知らせ

毎月10日は
フリーダイヤル
自殺予防いのちの電話

▼日時 7月10日(金)午前8時
～11日(土)午前8時(24時間)。

▼内容 死にたい・死のうと思っ
ている人などの自殺予防相談。

▼フリーダイヤル ☎0120(783)
556。

問 栃木いのちの電話事務局 ☎(622)
7970、保健予防課 ☎(626) 1
114

献血にご協力ください

7月は愛の血液
助け合い運動

400ml献血

▼年齢 男性17～69歳、女性18～
69歳。

▼体重 男女とも50kg以上。

成分献血

▼年齢 血しょう18～69歳。血
小板11男性18～69歳、女性18～54歳。

▼体重 男性45kg以上、女性40kg
以上。

▼その他 65歳以上の献血は、60
～64歳までに献血の経験がある人
に限ります。詳しくは、県赤十字

血液センターHP URLへ。
問 保健所総務課 ☎
(626) 1104



▲県赤十字血液
センターHP

特定医療費(指定難病)
受給者証の有効期限を
延長します

新型コロナウイルス感染症の影
響を踏まえ、有効期限が3月1日
～令和3年2月28日に満了する受
給者証の有効期限を1年間延長し
ます。

今年度の更新手続きは不要となり
ますので、臨床調査個人票(診断
書)などの取得も不要です。該当
する人には、6月下旬に個別に案
内を送付していますので、内容を
ご確認ください。案内が届いてい
ない人、その他、詳しくは、保健
予防課 ☎(626) 1114へお問い
合わせください。

精神障がい者手帳・
自立支援医療受給者証の
手続きの臨時的取り扱い

新型コロナウイルス感染症の拡
大防止のため、令和2年度中は各
種更新・継続手続きについて、特
例的な取り扱いが可能です。

1 精神障がい者保健福祉手帳
▼対象 更新手続きの際に診断書

ひとりで悩まず一緒に学ぼう

家族介護教室 参加者募集

ID 1003862

- ▼内容・日時・会場など 下の表の通り。
- ▼対象 要介護高齢者を介護している家族など。
- ▼申込方法 直接または電話で、各地域包括支援センターへ。

内 容	日 時	会 場	定員	問い合わせ先
終活はあな たらしさを 引き出せる	7月14日(火) 午後1時30分 ～3時30分	西田公民 館(雀宮 7丁目)	先着 15人	地域包括支援セン ター雀宮・五代若松 原(針ヶ谷町) ☎(688) 3371
栄養補助食 品について	7月17日(金) 午後1時30分 ～3時30分	城山区 (大谷町)	先着 15人	城山地域包括支援 センター(田野町) ☎(652) 8124
薬との上手 な付き合い 方	7月17日(金) 午後1時30分 ～3時30分	田原コミ ュニティ プラザ (上田原町)	先着 20人	田原地域包括支援 センター(上田原町) ☎(672) 4811
認知症の方 への介護に ついて	7月18日(土) 午前10時～正 午	河内総合 福祉セン ター(白 沢町)	先着 20人	地域包括支援セン ターかわち(白沢町) ☎(673) 8941
お薬との上 手な付き合 い方	7月23日(木・ 祝) 午後1時30分 ～3時30分	峰地域コ ミュニティ センター (峰3丁目)	先着 10人	地域包括支援セン ター峰・泉が丘(東今 泉2丁目) ☎(613) 5500

の取得が困難な人。

▼手続き 通常通り申請が必要で
すが、診断書の提出が1年間猶予
されます。なお、手帳の等級はそ
のまま引き継がれます。

▼その他 猶予期間内に診断書の
提出がない場合は、手帳が無効と
なります。

2 自立支援医療受給者証精神通院
▼対象 有効期間が3月1日～令
和3年2月28日に満了する人。

▼手続き 申請することなく、有
効期限を1年間延長できます。

▼通常通りの申請が必要な場合
新規申請や県外転入、変更申請、
新しい自己負担上限額管理票を希
望する場合。

▼その他 手帳と受給者証を同時
申請する人は、更新時期を合わせ
るために、通常通り申請すること
をお勧めします。

問 障がい福祉課 ☎(632) 2362

福祉のまちづくり活動・バリアフリーに優れた施設を表彰します

ID 1009413

1 活動表彰（他薦のみ）

▼対象 市内で次のいずれかの活動を5年以上継続している個人・団体・事業者。①高齢者・障がい者などの自立と社会参加のための支援②福祉の心の醸成③高齢者・障がい者などの生きがいづくり④高齢者・障がい者などの健康づくり⑤児童の健全育成⑥その他、福祉のまちづくりの推進に寄与。

ただし、福祉関連団体の事業は対象外。有志の活動は対象。

2 施設表彰（自薦・他薦）

▼対象 市内で「やさしさをはぐくむ福祉のまちづくり条例」の整備基準に適合し、さらなる工

夫をしている次のいずれかの施設の所有者または管理者。①高齢者・障がい者など全ての人の利用に配慮し、バリアフリーに優れている②高齢者・障がい者などが利用しやすいようソフト面での対応に努めている。ただし、国や地方公共団体の施設、福祉関連施設は対象外。

■申込期限 7月31日（必着）。

■申込方法 保健福祉総務課（市役所2階）、各区・区に置いてある応募用紙（市印からも取り出し可）に必要事項を書き、直接または送付で、〒320-8540市役所保健福祉総務課☎（632）2919へ。

■その他 受賞者は11月23日開催の宇都宮市民福祉の祭典で表彰します。

国民年金保険料を免除または納付を猶予します

ID 1003778

☎保険年金課☎（632）2327

経済的に保険料を納めることが困難な場合、申請により、保険料の免除または納付猶予を受けられます。

	1 国民年金保険料免除・納付猶予 ID 1003794 ID 1003796	2 学生の人向けの保険料の納付猶予 ID 1003795
内容	保険料の全額、4分の3、2分の1、4分の1のいずれかの免除または納付猶予	保険料の納付猶予
対象	①本人、世帯主、配偶者の前年所得が一定基準以下、または失業などで保険料を納付することが困難な人	③本人の前年所得が一定基準以下の場合や失業などで保険料を納付することが経済的に困難な人
対象期間	①7月～令和3年6月 ②2月以降（6月までに申請している人も7月以降は、再度、申請が必要）	③4月～令和3年3月 ④2～3月、4月～令和3年3月（年度ごとの申請が必要）
持ち物	国民年金保険料免除・納付猶予申請書 年金手帳、①③平成31年1月以降の失業を理由とする場合は、離職を証明する書類②④臨時特例用の所得の申立書（簡易な所得見込額の申立書）	国民年金保険料学生納付特例申請書、学生証のコピー（学生証の発行が遅延している場合は後日提出も可）
申請方法	直接、保険年金課（市役所1階）・各区・区へ申請するか、直接または郵送で、〒320-8555 下戸祭2丁目10-20、宇都宮西年金事務所へ	
その他	国民年金保険料免除・納付猶予申請書、国民年金保険料学生納付特例申請書、臨時特例用の所得の申立書は日本年金機構 URL2 から取り出し可。 申請は原則、毎年度必要。①③は、申請時点の2年1カ月前までさかのぼり免除申請可。承認されると年金を受け取るための資格期間（最低10年間）に算入します。また、承認された期間は、10年以内に納付すれば、受け取る年金額に反映します	



▲日本年金機構 [URL](#)

教室・講座

1004484
統合失調症と
付き合うために
精神保健家族教室

1 病気を正しく理解する 病気の
特徴や治療について

▼期日 8月6日(木)。

2 回復を促す家族の接し方

▼期日 8月20日(木)。

3 家族にできること 精神障がい
者を持つ家族の話

▼期日 9月2日(水)。

4 生活障がいとリハビリテーショ
ン 暮らしに役立つ社会資源

▼期日 9月7日(月)。

▼時間 午後1時30分～3時30分。

▼会場 保健所(竹林町)。

▼対象 市内在住の統合失調症患者
の家族。原則、1、4の全講座
に参加できる人。

▼定員 各先着50人。

▼申込開始 7月3日。

▼申込方法 電話で、保健予防課
☎(626) 1114へ。

1004457
食生活改善推進員・
健康づくり推進員
養成講座

▼日時 ①7月31日、8月7日。

21・27日②12月8日。午前10時～
午後4時。全5回。

▼会場 ①横川区(屋板町) ②保
健所。

▼対象 講座終了後に、お住まい
の地域で食生活改善推進員・健康
づくり推進員としてボランティア
活動ができる人。

▼定員 先着25人。

▼費用 食材費(実費)。

▼申込期限 7月20日。

▼申込方法 直接または電話で、
健康増進課(保健所内) ☎(626) 1
126へ。

▼その他 本講座の他、お住まい
の地域で健康づくり活動の体験が
あります。詳しくは、講座でお知
らせします。

1004338
シニア世代のための
各種講座

1 老後資金と年金情報、介護知識
と必要な費用

▼日時 7月15日(水) 午前10時
～正午。

▼内容 キャリアコンサルタント
による講座と個別相談。

▼定員 先着10人。

2 エンディングノートの活用法と相
談窓口、元気なうちから介護予防

▼日時 7月29日(水) 午前10時

市保健センター(トナリエ宇都宮9階)で健康講座

1004463

1 「運動チャレンジタイム」 踊って歩いて歩数をゲット

▼日時 7月3・6・11・13・19日、午後1時30分～と2時
30分～。7月5・16・25日、午前9時30分～と10時30分～。

▼内容 エクササイズDVDの放映とワンポイントアドバイス。

▼対象 市内在住で、運動制限のない人。

▼その他 前日までに登録が必要です。人数調整のため、
グループ分けがあります。

2 「しっかり貯筋教室」 1カ月間集中プログラム

▼日時 7月21・28日、8月4・18・25日。午後2時～4時。全5回。

▼内容 ロコモティブシンドローム予防や認知症予防のため
の運動や栄養に関する講話、脳トレ、筋力測定など。

▼対象 市内在住の65歳以上の人。市保健センター運動教
室に初めて参加する人優先。なお、要支援・要介護認定
を受けている、運動制限のある人は不可。

▼定員 先着20人。

▼申込開始 7月3日午前9時30分。

▼その他 「高齢者等地域活動支援ポイント事業」の対象事
業です。

3 お口と歯の健康講座 知って得する歯周病と全身疾患の
深い関係

▼日時 8月6日(木) 午前10時～正午。

▼内容 ①歯科医師や歯科衛生士による講話、歯周病検査、
血管年齢測定②歯科医師、歯科衛生士による相談会(希望者)。

▼対象 市内在住者。

▼定員 先着30人。

▼申込開始 7月6日午前9時30分。

▼申込方法 1 当日、直接、会場へ 2 3 直接または電話で、
市保健センター☎(627) 6666へ。

▼正午。
▼内容 キャリアコンサルタント
による講座と個別相談。

▼定員 先着10人。

3 シニア講演会

▼日時 7月17日(金) 午後2時
～4時。

▼内容 「楽しい脳トレ教室 思
い出し、手をあげ、声を出し、歌っ
て、笑って、アタマを鍛えよう」
と題した、小林雅一さん(シニア
大楽講師)による講演会。

▼定員 先着50人。

▼会場 市総合福祉センター(中
央1丁目)。

▼対象 市内在住か通勤するお
おむね50歳以上の人。

▼申込開始 1 2 7月1日 3 7月
6日。

▼申込方法 直接または電話・ファ
クス・Eメール(☎・年齢を明
記)で、みやシニア活動センター
(市役所2階・高齢福祉課内)

☎(632) 2368、FAX(639) 857

5、✉myasenior@city.utsunomiya.tochigi.jp。

国民健康保険・協会けんぽ被扶養者のためのティアアップ健診

ID 1016327

- ▼日時 8月28日(金) ①午前8時30分～9時30分②午前9時30分～10時30分、受け付け。
- ▼会場 市医療保健事業団健診センター(竹林町)。
- ▼内容 特定健康診査(健康診査)、がん検診(胃・肺・大腸・前立腺・子宮・乳)、心電図・貧血・眼底検査、肝炎ウイルス検診、骨粗しょう症検診。
- ▼対象 市内に住民登録のある40歳以上の人で、①国民健康保険加入者とその家族②協会けんぽ栃木支部加入被扶養者。ただし、子宮がん検診=20歳以上女性、乳がん検診=40歳以上女性、前立腺がん検診=50歳以上男性、骨粗しょう症検診=満40・45・50・55・60・65・70歳女性。

- ▼定員 ①先着25人②先着30人。
- ▼申込期限 ①8月14日②7月31日(必着)。
詳しくは、協会けんぽからの案内通知をご覧ください。
- ▼申込方法 ①電話で、市集団健診予約センター☎(611)1311へ。②協会けんぽから案内通知が届いた人は、同封の申込書に必要事項を書き、〒320-8514 泉町6-20宇都宮DIビル7階、協会けんぽ栃木支部☎(616)1695へ。
- ▼その他 特定健康診査以外の項目は有料です。詳しくは、受診券をご覧ください。
- ☎健康増進課☎(626)1129

健康診査(10月分)

※集団健診は7月から再開しています。

ID 1004402

■定期的に健康診査を受診しましょう

生活習慣病などの早期発見・治療のために、特定健康診査やがん検診を実施しています。

■個別健診(市内指定医療機関)

▼申込方法 受診する前に医療機関へ直接お問い合わせください。受診できる医療機関や健診項目について、詳しくは、市HPや健康づくりのしおりなどをご覧ください。

■集団健診(地区健診)

▼電話申込 市集団健診予約センター☎(611)1311へ。

▼インターネット申込 パソコン・スマートフォンから、集団健診予約システムHP URL1 へ。 ▲予約受付



10月特定健康診査・健康診査・各種がん検診(胃がん・肺がん・大腸がんなど)

※市保健センターでは、骨粗しょう症検診(満40・45・50・55・60・65・70歳の女性のみ)を実施しています。

※総合健診は、特定健診とすべてのがん検診を受診することができます。

▼対象 市内に住民登録のある40歳以上の人。年齢や性別、加入する医療保険によって、受診できる項目が異なります。

会場	期日・受付時間
市保健センター ※無料駐車場はありません。 ※自転車は立体駐車場1階屋内駐輪場をご利用ください。	3日(土)・4日(日)・5日(月)・8日(木)・10日(土)・11日(日)・16日(金)・18日(日)・19日(月)・22日(木)・23日(金)・24日(土)・25日(日)・26日(月)・30日(金)・31日(土)、午前9時～と9時45分～
市医療保健事業団健診センター(夜間休日救急診療所)	8日(木)・27日(火)、午前8時30分～と9時30分～
清原区	17日(土) 午前8時30分～と9時30分～ ※総合健診
横川区	3日(土)・15日(木)、午前9時～と9時45分～
瑞穂野区	29日(木) 午前9時～と9時45分～
国本区	6日(火) 午前9時～と9時45分～
豊郷区	6日(火) 午前9時～
豊郷区	25日(日) 午前9時～と9時45分～
姿川区	24日(土)・30日(金)、午前9時～と9時45分～
雀宮区	20日(火) 午前9時～と9時45分～
河内区	2日(金)・21日(水)・30日(金)、午前9時～と10時～
河内区	5日(月) 午前9時～と10時～ ※総合健診
東市民活動センター	12日(月) 午前9時～と9時45分～
総合コミュニティセンター(明保野町)	18日(日) 午前9時～と9時45分～

10月乳がん検診(マンモグラフィ検査・超音波検査)・子宮がん検診・骨粗しょう症検診・大腸がん検診

▼対象 乳がん検診は40歳以上で、昨年度マンモグラフィ検査を受診していない人。ただし、30歳代の方は個別健診のみ受診が可能で、視触診検査となります。子宮がん検診は20歳以上の人。骨粗しょう症検診は、満40・45・50・55・60・65・70歳の女性のみとなります。

会場	期日・受付時間
市保健センター ※乳がん検診・子宮がん検診のみ	22日(木) 午後0時30分～
市医療保健事業団健診センター(夜間休日救急診療所)	8日(木)・27日(火)、午後2時～と3時～
清原区	3日(土)・15日(木)、午後2時～
横川区	29日(木) 午後2時～
瑞穂野区	6日(火) 午後2時～
国本区	16日(金) 午後2時～ ※託児付き検診
豊郷区	25日(日) 午後2時～と3時～
姿川区	24日(土)・30日(金)、午後2時～
雀宮区	20日(火) 午後2時～
雀宮区南館	2日(金) 午前9時～ ※託児付き検診
東市民活動センター	12日(月) 午後2時～
総合コミュニティセンター	18日(日) 午後2時～

10月乳がん検診(マンモグラフィ検査・超音波検査)

▼対象 乳がん検診は40歳以上で、昨年度、マンモグラフィ検査を受診していない人。ただし、30歳代の方は個別健診のみ受診が可能で、視触診検査となります。

会場	期日・受付時間
市保健センター	4日(日)・5日(月)・10日(土)・16日(金)・18日(日)・19日(月)・23日(金)・24日(土)・26日(月)・30日(金)・31日(土)、午後1時～と2時～
市医療保健事業団健診センター(夜間休日救急診療所)	2日(金)・13日(火)、午後2時～と3時～

■申込時の注意

- ▼予約は、3カ月先まで可能です。受診希望日の14日前までに予約してください。7～9月分までの予約状況については、集団健診予約システムHP URL1 で確認するか、市集団健診予約センターへお問い合わせください。
- ▼満70歳以上の人、後期高齢者医療制度加入者、生活保護受給者、市民税非課税世帯の人は無料です。
- ▼詳しくは、市HPや健康づくりのしおりでご確認ください。
- ☎健康増進課☎(626)1129