








新型コロナウイルス感染症に関する

支援制度一覧 (2月12日現在)

支援制度	内容	問い合わせ先	
NEW 令和2年度に成人になった人 宇都宮市成人式の延期に伴う助成など  ID 1026220	衣装などのキャンセル料を助成します。 ▼助成額 対象費用の2分の1。最大3万円。 ▼その他 令和3年宇都宮市成人式は、11月14日(日)に延期しました。会場など、詳しくは、決まり次第、市ホームページなどでお知らせします。	問 生涯学習課 ☎ (632) 2678	
個人向け ひとり親世帯 申請は3月31日まで ひとり親世帯臨時特別給付金  ID 1024769	▼給付額 基本給付(初回・再支給)=1世帯5万円、第2子以降、児童1人当たり3万円加算。追加給付=1世帯5万円。 ▼申請期限 3月31日。 ▼その他 給付金は各1回限りの支給です。詳しくは、市ホームページをご覧ください。	問 ひとり親世帯臨時特別給付金事務局(子ども家庭課内) ☎ (632) 2386	
高齢者や基礎疾患のある人 申請は3月31日まで 一定の高齢者へのPCR検査等費用の助成  ID 1025814	65歳以上の高齢者や基礎疾患を有する人が、本人の希望で、3月31日までにPCR検査などを受ける場合の費用の一部を助成します。 ただし、注意事項がありますので、市ホームページなどで必ずご確認ください。 ▼申請期限 4月30日(必着)。	問 高齢福祉課 ☎ (632) 2903	
事業者向け 飲食店など	申請は3月5日まで 新型コロナウイルス感染拡大防止営業時間短縮協力金(第2弾)  ID 1026067	第2弾 ▼対象期間 次のいずれかに当てはまる期間。 ①1月15日～2月7日の全24日間②1月16日～2月7日の全23日間③1月27日～2月7日の全12日間。 ▼申請期限 3月5日(消印有効)。	問 新型コロナウイルス感染拡大防止営業時間短縮協力金コールセンター☎(341)1787(3月19日までの午前9時～午後5時)
	申請は3月19日まで 新型コロナウイルス感染拡大防止営業時間短縮協力金(第3弾)  ID 1026333	第3弾 ▼対象期間 2月8～21日の全14日間。 ▼申請期限 3月19日(消印有効)。	
	申請は3月31日まで 新型コロナウイルス感染症対策特別資金  ID 1023114	▼内容 1企業1年度当たり最大3,000万円。 ▼対象 最近1月間の売上高などが、前々年または前年の同月1月間の3%相当以上減少していると認められる中小企業など。 ▼申請期限 3月31日。	問 商工振興課 ☎ (632) 2438
	従業員などへのPCR等検査費用 ビジネスPCR等検査支援事業  ID 1025813	▼補助額 PCR検査=1回当たり最大5,000円、抗原(定量)検査=1回当たり最大2,500円。 ▼その他 本事業を利用する前に、電話で、宇都宮商工会議所☎(637)3131へご相談ください。	問 健康増進課 ☎ (626) 1128



最新情報などはこちらから

市ホームページ
(個人向け支援)



市ホームページ
(事業者向け支援)



県ホームページ



厚生労働省
ホームページ



経済産業省
ホームページ



内閣官房
ホームページ



対象者ごとに接種券を送ります

新型コロナウイルスワクチン接種に関する情報

1026339

(2月12日現在)

宇都宮市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター ☎0570(001)448

▼対象・時期(予定) 右の表の通り。

①から接種を始め、順次、対象となる市民へワクチン接種を進めていきます。

▼接種回数 1人2回。1回目と2回目は、3~4週間の間隔を空けて接種。

▼接種場所 市内医療機関、市保健センター(トナリエ宇都宮9階)などの市有施設。

▼費用 無料(全額公費)。

▼その他 対象など、より詳しい情報は、今後の広報うつのみやや、市ホームページまたは首相官邸ホームページURLなどでご確認ください。



▲首相官邸ホームページ



▲市ホームページ

対象	時期
① 医療従事者など	3月中旬以降
② 高齢者	4月以降順次
③ 基礎疾患を有する人 高齢者施設などの従事者	
④ それ以外の人	

⚠️ 不審な電話にご注意を! ⚠️

新型コロナウイルスワクチン接種のために必要としたり、金銭や個人情報をだまし取るようとする電話が確認されています。ワクチン接種に、「予約金」など、費用の掛かることはありません。

少しでも不安に感じたら、消費生活センター ☎(616)1547へご相談ください。

接種の流れ

① 通知を受け取る

案内通知・接種券などが入っています。



② 1回目の予約

コールセンターへの電話か、インターネットで、日時や接種場所を選択。



③ ワクチン接種(1回目)

医師による予診の後、接種を行います。



1回目から3~4週間空ける

⑥ 接種完了



⑤ ワクチン接種(2回目)

医師による予診の後、接種を行います。



④ 2回目の予約

②同様、コールセンターへの電話か、インターネットで、日時や接種場所を選択。



※接種は予約制です。予約方法など、詳しくは、接種券に同封の案内通知をご覧ください。

※施設入居者・入院患者・在宅医療を受けている人は、かかりつけ医や施設管理者に接種の可否や場所などをご相談ください。

引き続き新型コロナウイルス感染症対策の徹底を

市民の皆さんには、感染拡大防止にご協力いただいているところですが、再び感染が拡大しないよう、3密を避け、うがい・手洗い・マスクの着用・換気など、感染症対策を心掛けましょう。



■ 飲食の場面で特に感染リスクが高まります

- ▼長時間におよぶ飲食 ▼飲酒によって大声になる
 - ▼大人数(5人以上)での飲食 ▼狭い空間での会話
 - ▼回し飲みや箸などの共用
- 座る位置は、正面や真横をなるべく避けて、斜め向かいに。

また、換気の徹底などの工夫をしている、感染症予防のガイドラインを遵守しているお店を選ぶよう心掛けてください。

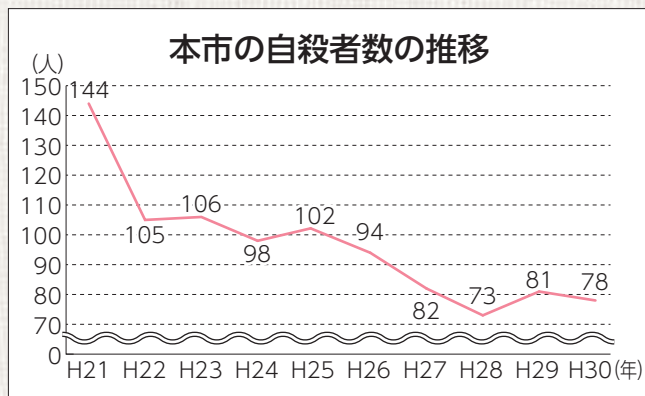


大切な人のこころのSOSに気付いたら 勇気を出して声掛けを

ID 1004488

保健予防課 ☎(626)1114

本市の自殺者数は、平成21年の144人をピークに、平成30年には78人となっています。自殺者数は減少していますが、5日に1人が自ら命を絶っている計算になります。3月は自殺対策強化月間です。自殺を防ぐ対策について、できることを考えてみませんか。



自殺に至る背景と 新型コロナウイルス感染症の影響

自殺は「追い込まれた末の死」であり、その背景には、精神保健上の問題だけでなく、その他の健康問題、経済・生活問題、人間関係の問題などが複雑に関係しています。

また、新型コロナウイルス感染症への不安や、さまざまな制約により、これまでにない心や生活状況の変化が見られています。自殺を防ぎ、生きることを支えるためには、専門機関の支援に加え、家族や友人、職場など身近な場所での信頼できる人たちの存在が重要で、新しい生活様式を取り入れながら、地域社会で生活する皆さんが丸となって自殺対策に取り組むことが重要です。

自殺に追い込まれようとしている人を 支える「ゲートキーパー(門番)」

自分の周りにいる悩みを抱えている人に気づき、声を掛け、話を聴き、思いに寄り添い、必要に応じて相談先につなぎ、見守っていく人をゲートキーパーといいます。

地域社会で生活している私たち一人ひとりが、ゲートキーパーの意識を持つことは、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」に近づける大切な取り組みの一つです。

チェックしてみましょう

気付いてほしい「こころのSOSのサイン」

自分で気付く変化

- 気分が沈む、憂うつ
- イライラする、怒りっぽい
- 気持ちが落ち着かない
- 胸がどきどきする、息苦しい
- 食欲がない
- なかなか寝付けない、熟睡できない

周囲の人が気づきやすい変化

- 感情の変化が激しくなった
- 表情が暗くなった
- 一人になりたがる
- 不満、トラブルが増えた
- 遅刻や休みが増えた
- ミスや忘れ物が多い

一人で悩まないください 相談先やパネル展

こころの健康に関する相談

▼相談先 保健予防課(竹林町・保健所内) ☎(626)1114。

▼日時 月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分。

自殺予防相談

▼相談先 栃木いのちの電話 ☎(643)7830(毎日24時間)。

自殺対策強化月間パネル展

▼期間・会場 3月15日まで=中央図書館(明保野町)、3月22～26日=市役所1階市民ホール。

「新型コロナウイルス感染症」こんな時、どうする？

濃厚接触者になった

保健所が調査を行い、濃厚接触者に該当するかを判断します。濃厚接触者と判断された場合は、保健所の指示に従い、感染者と接触後14日間は、健康状態に注意を払い、外出は控えてください。



同居の家族が感染した

毎日、体温を測るなど、健康観察をし、不要不急の外出を避けましょう。また、部屋を分ける、マスクを着用する、共有部分を消毒するなど、感染が広がらないように注意しましょう。

詳しくは、日本環境感染学会ホームページ URL2 をご覧ください。



▲日本環境感染学会
ホームページ