

催し

成年後見制度 市民向け講演会



▼日時 令和7年1月25日
(土) 午後1時30分～午後1時開場。

▼会場 とちぎ福祉プラザ（若草1丁目）。

▼内容 桂ひなた郎さん（落語家）による、「楽しく学べる成年後見制度落語」と題した、成年後見制度について説明する講演。

▼対象 市内在住か通勤通学者。

▼定員 先着200人。

▼申込期間 12月4～27日。

▼申込方法 申し込みフォームに必要事項を入力するか、



▲申し込みフォーム

高齡福祉課（市役所2階）に置いてある申込用紙（市社会福祉協議会HPからも取り出し可）に必要

事項を書き、電話またはファクス・Eメールで、市成年後見支

援センター ☎（636）1252、FAX

（636）1248、✉u.chuukaku@gmail.com。

高齡福祉課 ☎（632）2356

シニア 健康・福祉 国保・年金

「U=U」知ることから、もう一度。 12月1日は世界エイズデー

（令和6年度「世界エイズデー」キャンペーンテーマ）

ID 1004525

問 保健予防課 ☎（626）1115



世界エイズデーは、WHO（世界保健機関）が制定し、世界レベルでエイズのまん延防止と感染者・患者に対する差別や偏見の解消を目指しています。

■エイズ（AIDS）とは

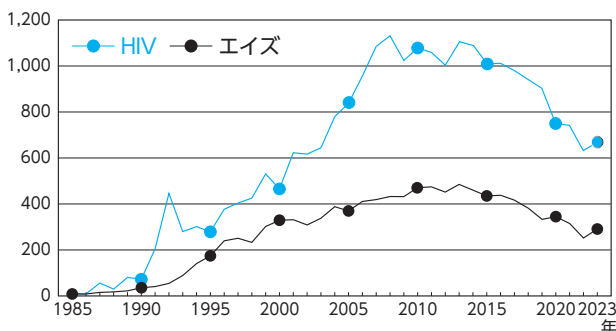
エイズは、HIVに感染することで、体を病気から守っている機能（免疫）が破壊される病気です。感染後、自覚症状がない時期が数年続き、平均5～10年でエイズを発症するといわれています。

■U=Uとは

HIV治療を受け、血液中のウイルス量が検査で検出できない程度に最低6カ月以上継続的に病状が抑えられているHIV陽性者からは、性行為によってHIVに感染しないことが確認されています。

このことを、アンデテクトラブル（検出限界値未満）
アン・トランスミッタブル
=Undetectable（検出限界値未満）
=Untransmittable（HIV感染しない）、略して「U=U」といいます。

2023年の1年間に新たに報告されたHIV感染者は669件、エイズ患者は291件で、新規報告件数は合計で960件となっています。



▲新規HIV感染者・エイズ患者報告数の推移(2023年)

■病気をコントロールできる時代

現在、HIVを体内から完全に排除できる治療法はありませんが、治療の早期開始・継続によりエイズの発症を防ぐことができ、感染していない人と同じように生活することができるようになりました。

そのため、HIV感染が分かった後は、すぐに治療を開始することが大切です。

■検査を受けてみようと思ったら

- 1 電話または市HPで、検査日時を確認する（検査は予約制）。
- 2 当日、直接、会場へ。問診・採血をします。
- 3 即日検査は当日、通常検査は約1週間後に結果が出ます。検査について、詳しくは、46ページをご覧ください。

■HIV・梅毒の即日検査を実施

ID 1004524

▼日時 12月7日(土)午後1時30分～3時。

▼会場 保健所（竹林町）。

▼定員 先着15人（予約制）。

▼検査項目 HIV・梅毒(採血から約90分後に検査結果が判明)。

▼申込方法 市HPの申し込みフォームに必要事項を入力するか、電話で、保健予防課へ。

■HIV・エイズと共に生きる人々のために

レッドリボンは、あなたがエイズに関して偏見を持っていない、エイズと共に生きる人々を差別しないというメッセージです。

HIVに感染した人々と共に、希望を持って生きる社会をつくりましょう。



▲レッドリボン

催し

ID 1004463

休日エクササイズ
デビュー教室

▼日時 令和7年1月18・25日、
2月1・8・15・22日。午後2時
〜4時。全6回。

▼会場 市保健センター（トナリ
エ宇都宮9階）。

▼内容 自宅でできる筋力運動や
有酸素運動の実技、食生活に関す
る講話、体組成測定。

▼対象 市内在住の30〜64歳で、
運動制限がなく、運動習慣のない
人。

▼定員 先着10人。

▼申込開始 12月3日。

▼申込方法 市HPの申し込みフォ
ームに必要事項を入力するか、電
話で、市保健センター ☎(627) 66
66へ。

お知らせ

ID 1003842
要介護者が利用する
紙おむつ費用を支給

1カ月の購入費5500円を限
度として、介護保険負担割合証に
基づき、購入費の7〜9割を支給
します。

国民健康被保険者証・
後期高齢者医療被保険者証の
マイナ保険証への移行

問 国民健康被保険者証について＝保険年金課 ☎(632) 2320、後期高齢者医療被保険者証について＝保険
年金課 ☎(632) 2307

令和6年12月2日から、現行の保険証の発行が終
了し、マイナ保険証（保険証利用登録がされたマイ
ナンバーカード）を基本とする仕組みに移行します。

令和6年12月1日以前に発行された保険証は、券
面事項（氏名・住所・一部負担金割合など）に変更
がなければ、保険証に記載された有効期限（令和7
年7月31日）まで利用できます。

■有効期限が切れた後（令和7年8月1日以降）

1 国民健康被保険者証

▼マイナ保険証を持っている人 マイナ保険証を利用
してください。なお、令和6年12月1日以前に
発行された保険証の有効期限が到来する前に、自
分の被保険者資格などを簡単に把握できる「資格
情報のお知らせ」を送付する予定です。

▼マイナ保険証を持っていない人 現在の保険証の
有効期限が到来する前に、従来の保険証に代わる
ものとして「資格確認書」を送付する予定です。
医療機関などの窓口で提示することで、医療を受
けることができます。

2 後期高齢者医療被保険者証

現在の保険証の有効期限が到来する前に、従来の
保険証に代わるものとして「資格確認書」を送付す
る予定です。医療機関などの窓口で提示することで、
医療を受けることができます。

■国民健康被保険者証の高額療養費制度

マイナ保険証を利用すれば、事前に限度額適用
認定証を取得しなくても、原則、医療費の限度額
を超える支払いが免除されます。ただし、マイナ
保険証を利用した場合でも、市県民税非課税世帯
が該当する適用区分「オ」と「低Ⅱ」の人が90日
を超えて入院した場合の長期入院は、90日を超え
た時点で限度額適用認定証の申請手続きが必要と
なります。

▼内容

1 受領委任払い 市に登
録している紙おむつ宅配事業者が、
毎月1回、利用者の自宅などに紙
おむつを配達 2 償還払い 店舗で
紙おむつを購入した後で申請する。

▼対象 在宅で要介護1〜5の認
定を受けている人。介護保険施設
（ショートステイ含む）や病院に
入所・入院中の人は対象外。

▼申請方法 1 高齢福祉課（市役
所2階）に置いてある紙おむつ宅
配商品カタログ（市HPからも閲覧
可）から、事業者と商品・数量な
どを選択し、高齢福祉課に置いて
ある申請書（市HPからも取り出し

可）に必要な事項を書き、直接ま
たは郵送で、〒320-8540 市役所高齢
福祉課へ 2 高齢福祉課、各区・団
に置いてある申請書（市HPからも
取り出し可）に必要な事項を書き、
店舗で紙おむつを購入した領収書
（利用者の氏名と販売店名、ただ
し書きに「大人用紙おむつ」を明
記）を添えて、直接、高齢福祉課
または各区・団へ。

▼その他 受領委任払い・償還払
いの併用も可能です。また、宅配
商品カタログの送付も受け付けて
います。

問 高齢福祉課 ☎(632) 2905

ID 1022069

市公式LINE
「教えてミヤリ」

子育てや防犯・防災、イベント
などの最新情報を発信している他、
24時間365日、気軽に暮らしに関す
る問い合わせができます。

■登録方法（友だち登録）

▼https://linee/UKmCzrから追加

▼下のQRコードを読
み込んで追加。



▲登録はこちら

▼LINEの「友だ
ち追加」の「検索」から「ID」で「@
utsumiomyacity」を検索して追加。

問 広報広聴課 ☎(632) 2028

ID 1004400

健康診査・各種がん検診の追加日程

- ▼日時 ①令和7年1月26日(日) 午前9時～9時45分と午前9時45分～10時30分 ②2月8日(土) 午前9時15分～10時15分と午前10時15分～11時15分 ③2月9日(日) 午前9時15分～10時30分と午前10時30分～11時。
- ▼会場 ①JAうつのみや南部支所(砂田町) ②コンセーレ(駒生1丁目) ③河内区(中岡本町)。
- ▼内容 特定健康診査(健康診査)、がん検診など。
- ▼定員 各先着①20人②70人③60人
- ▼対象 市内に住民登録のある40歳以上の人。ただし、特定健康診査Ⅱ国民健康保険加入者、子宮がん検診Ⅱ20歳以上の女性、乳がん検診Ⅱ昨年度マンモグラフィ検査を受診していない40歳以上の女性、前立腺がん検診Ⅱ50歳以上の男性、骨粗しょう症検診Ⅱ満40・45・50・55・60・65・70歳の女性。
- ▼申込方法 インターネットまたは電話で(下の記事の集団健診参照)。
- ▼その他 特定健康診査以外には有料。詳しくは、市から送付された受診券をご覧ください。
- 問 健康増進課 ☎(626) 1129

令和7年3月の健診予約ができます

ID 1004400

問 健康増進課 ☎(626) 1129

申込方法

■集団健診(市保健センター他)

- ▼インターネット パソコン・スマートフォンから、集団健診予約システム(HP URL)へ。
- ▼電話 市集団健診予約センター ☎(611) 1311へ。



■個別健診(市内指定医療機関)

- 受診する前に指定医療機関へ直接、お問い合わせください。
- 詳しくは、市HPまたは「健康づくりのしおり」をご覧ください。

特定健康診査(健康診査)・各種がん検診(胃・肺・大腸・前立腺)

- ▼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。	1日(土)・3日(月)・4日(火)・8日(土)・10日(月)・11日(火)・16日(日)・17日(月)・21日(金)・24日(月)・25日(火)・27日(木)・29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(竹林町・夜間休日救急診療所)	10日(月)・13日(木)・21日(金)・25日(火)・28日(金)、午前8時30分～と9時30分～ 14日(金)・18日(火)、午後1時～と午後2時～ ※ 総合健診(胃がん検診なし)
平石区(下平出町)	15日(土)午前9時～と9時45分～
横川区(屋板町)	29日(土)午前9時～と9時45分～
豊郷区(岩曽町)	9日(日)・27日(木)、午前9時～と9時45分～
姿川区(西川田町)	3日(月)・7日(金)・26日(水)、午前9時～と9時45分～
雀宮区(新富町)	4日(火)・8日(土)・24日(月)、午前9時～と9時45分～
東市民活動センター(中今泉3丁目)	17日(月)午前9時～と9時45分～

- ※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、半日で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。

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、令和5年度マンモグラフィ検査を受診していない女性。子宮がん検診は20歳以上の女性。骨粗しょう症検診は、満40・45・50・55・60・65・70歳の女性のみ。

会場	期 日 ・ 受付時間
市保健センター	21日(金)午後0時30分～ ※ 乳がん・子宮がん検診のみ
市医療保健事業団健診センター	10日(月)・13日(木)・21日(金)・25日(火)・28日(金)、午後2時～と3時～
平石区	15日(土)午後2時～
横川区	29日(土)午後2時～
豊郷区	9日(日)・27日(木)、午後2時～と3時～
姿川区	3日(月)・7日(金)・26日(水)、午後2時～
雀宮区	4日(火)・8日(土)・24日(月)、午後2時～
東市民活動センター	10日(月)午前9時～ ※ 託児付き健診 17日(月)午後2時～

乳がん検診(マンモグラフィ検査・超音波検査)

- ▼対象 40歳以上で、令和5年度マンモグラフィ検査を受診していない女性。

会場	期 日 ・ 受付時間
市保健センター	3日(月)・8日(土)・11日(火)・16日(日)・17日(月)・25日(火)・29日(土)、午後1時～と2時～
市医療保健事業団健診センター	12日(水)午後2時～と3時～

■申込時・受診時の注意

- ▼受診希望日の21日前までに予約してください。上記以外の日程や指定医療機関など、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。
- ▼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。該当する人は、健診日当日に受付へお申し出ください。
- ▼受診の際には、必ず受診券と被保険者証をお持ちください。