

お知らせ

障がい者等体験的
宿泊支援事業

障がいのある人が、保護者からの自立を体験する体験的宿泊支援事業の参加者を募集します。

会場 市内グループホーム。

対象 市内在住で平成19年4月1日以前に生まれた障がいのある人。

その他 申請方法など、詳しくは、市国ををご覧ください。

問 障がい福祉課 ☎(632) 2673

ID 1004234
サン・アビリティーズ
(屋根町)で教室・催し

1 パラ卓球教室

日時 8月10日(日)午前10時～正午。

2 サンアビ・レクリエーション

日時 8月24日(日)午前10時～正午。

対象 障がいのある人を優先。

定員 各先着20人。

申込開始 7月3日午前9時。

申込方法 直接または電話、ファクス(☎を明記)で、サン・アビリティーズ ☎・FAX(656)1458へ。

問 障がい福祉課 ☎(632) 2229

ID 1004496
難病医療費助成制度
更新手続き

特定医療費(指定難病)受給者証をお持ちの人は、12月31日の有効期限が切れる前に、更新の手続きが必要です。該当する人には、6月下旬に案内を送付しています。更新の通知が届いていない人や不明な点がある人は、保健予防課 ☎(626) 1116へ。

ID 1016480
施術所届出済証シールを
確認ください

あん摩マツサージ指圧・はり・きゅうを職業として行うには、国が法律で定めた資格が必要です。本市では、法律に基づいて、開設届け出を行っている施設に、シールを配布しています。施術を受ける際には、ご確認ください。

問 保健所総務課 ☎(626) 1103

ID 1003794
国民年金保険料の
免除・納付
猶予制度

保険料の納付が困難な場合は、申請をすることで、免除、納付猶予を受けられる場合があります。離職の証明書類がある場合は、お持ちください。申請方法など、詳

福祉のまちづくり活動施設を表彰

問 保健福祉総務課 ☎(632) 2919

ID 1009413

1 活動表彰(他薦のみ)

対象 市内でいずれかの活動を5年以上継続して行っている個人・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、福祉関連の団体の事業は対象外。有志の活動は対象。

2 施設表彰(自薦・他薦とも可)

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施設(施設の所有者または管理者)。
①高齢者・障がい者など、すべ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)。

その他 受賞者は宇都宮市民福祉の祭典で表彰します。申し込み方法など、詳しくは、保健福祉総務課へ。

ID 1033421
買い物ついでに
婦人がん検診を受診

日時 9月6日(土)午前9時30分～と10時30分。

会場 ミナテラスとちぎ(インターパーク6丁目)。

内容 子宮がん・乳がん・大腸がん・骨粗しょう症検診。

定員 先着100人。

申込方法 集団健診予約システム(HP)に必要事項を入力するか、電話で市集団健診予約センター ☎(611) 1311へ。



▲集団健診予約システム(HP)

その他 対象・費用など、詳しく

ID 1004635
7月は
「愛の血液助け合い
運動」月間

血液製剤の安定的な確保に理解と協力を。夏場は献血者が減少する傾向があるため、ぜひ積極的に、献血にご協力ください。

成分献血と400 mL献血のご協力をお願いします。成分献血は、特定の成分のみを採取するため、献血する人の体への負担が軽く、400 mL献血は200 mL献血に比べ、より安全な血液製剤を提供することができます。

問 保健所総務課 ☎(626) 1104

国民健康保険 被保険者の皆さんへ

問 保険年金課 12 ☎ (632) 2320 3 ☎ (632) 2316

1 国民健康保険税を納付してください

ID 1024685

令和7年度国民健康保険税納税通知書を7月4日に発送します。期限内の納付にご協力ください。

▼納期限（第1期と全期前納） 7月31日（木）。

2 国民健康保険資格確認書等の発送

ID 1024669

国民健康保険資格確認書等を7月16日に発送します。7月28日までに資格確認書等が届かない場合は、保険年金課へお問い合わせください。

3 限度額適用認定証などの更新

ID 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、限度額適用認定証などの交付を希望する人は、8月中に更新の手続きが必要です。申請方法など、詳しくは、市HPをご覧ください。

■マイナ保険証をご利用ください

マイナ保険証を使用すると、医療機関での認定証などの提示が不要になり、限度額を超える支払いが免除されます。ただし、国民健康保険税に滞納がある場合は利用できません。



10月の健診予約ができます

ID 1004400

問 健康増進課 ☎ (626) 1129

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6年度マンモグラフィ検査を受診していない人。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。

会 場	期 日 ・ 受付時間
市保健センター ※ 乳がん・子宮がん検診のみ	28日(火)午後0時30分～
市医療保健事業団 健診センター	7日(火)午後2時～と3時～
清原区	14日(火)午後2時～
横川区	4日(土)午後2時～
豊郷区	28日(火)午後2時～と3時～
姿川区	9日(木)・18日(土)、午後2時～
雀宮区	16日(木)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6年度マンモグラフィ検査を受診していない人。

会 場	期 日 ・ 受付時間
市保健センター	2日(木)・4日(土)・5日(日)・6日(月)・10日(金)・12日(日)・18日(土)・19日(日)・20日(月)・24日(金)・26日(日)・31日(金)、午後1時～と2時～
市医療保健事業団 健診センター	1日(水)・22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、健診日当日に受け付けへお申し出ください。

▼受診の際には、必ず受診券とマイナ保険証または有効期限内の健康保険証をお持ちください。

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。

指定医療機関については、市HPや「健康づくりのしおり」をご覧ください。



▲集団健診
予約シス
テムHP

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 (トナリエ宇都宮9階) ※ 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。	2日(木)・4日(土)・5日(日)・6日(月)・10日(金)・11日(土)・12日(日)・16日(木)・18日(土)・19日(日)・20日(月)・24日(金)・25日(土)・26日(日)・28日(火)・31日(金)、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)	7日(火)午前8時30分～と9時30分～ 11日(土)・25日(土)、午前8時30分～と9時30分～ ※ 総合健診
清原区	14日(火)午前9時～と9時45分～
横川区	4日(土)午前9時～と9時45分～
豊郷区	28日(火)午前9時～と9時45分～
姿川区	9日(木)・18日(土)、午前9時～と9時45分～
雀宮区	16日(木)午前9時～と9時45分～
河内区	3日(金)午前9時～と10時～ ※ 総合健診(胃がんあり) 3日(金)午後2時～ ※ 総合健診(胃がんなし・女性限定)
上河内区	24日(金)午前9時～

※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。