

催し

**障がい者の「親なき後」に関する
弁護士個別相談会**



財産管理などに関する無料の相談会を実施します。

日時 2月24日(火)午後1時～4時10分。

会場 城山団地(大谷町)。

対象 市内在住の障がいのある人の家族。

定員 先着6人。

申込開始 1月5日。

申込方法 障がい福祉課(市役所1階)に置いてある申込書(市HPからも取り出し可)に必要事項を書き、直接または送付・ファクス・Eメールで、〒320-8540市役所障がい福祉課 ☎(632)2364、FAX(636)0398、✉u1904@city.utsunomiya.tochigi.jpへ。

**食品安全講演会を
開催**



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、直接または電話、ファクスで、健康増進課(竹林町・保健所内) ☎(626)1126、FAX(627)9244へ。

申込期限 1月30日。

定員 先着200人。

対象 市内在住か通勤通学者。糖尿病合併症予防に関する講演。医科大学病院理学療法士による、理栄養士)、細川裕史さん(獨協医科大学病院内分院内分泌代謝内科教授)、齊藤克枝さん(獨協医科大学病院管

ID 1004462

**糖尿病合併症予防
講習会を開催**



日時 2月8日(日)午後1時30分～3時30分。

会場 田原コミュニティプラザ(上田原町)。

内容 薄井勲さん(獨協医科大学大内容)、薄井勲さん(獨協医科大学大

財産管理などに関する無料の相談会を実施します。

日時 2月24日(火)午後1時～4時10分。

会場 城山団地(大谷町)。

対象 市内在住の障がいのある人の家族。

定員 先着6人。

申込開始 1月5日。

申込方法 障がい福祉課(市役所1階)に置いてある申込書(市HPからも取り出し可)に必要事項を書き、直接または送付・ファクス・Eメールで、〒320-8540市役所障がい福祉課 ☎(632)2364、FAX(636)0398、✉u1904@city.utsunomiya.tochigi.jpへ。

**食品安全講演会を
開催**



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、直接または電話、ファクスで、健康増進課(竹林町・保健所内) ☎(626)1126、FAX(627)9244へ。

申込期限 1月30日。

定員 先着200人。

対象 市内在住か通勤通学者。糖尿病合併症予防に関する講演。医科大学病院理学療法士による、理栄養士)、細川裕史さん(獨協医科大学病院内分院内分泌代謝内科教授)、齊藤克枝さん(獨協医科大学病院管

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、生活衛生課 ☎(626)1110へ。

申込期限 1月30日。

定員 先着150人。

対象 市内在住者、市内の食品関係事業者。

内容 減を食中毒予防から考える講演。

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、生活衛生課 ☎(626)1110へ。

障がいのある人の趣味と仲間づくり

- 開催期間 4月～令和9年3月。
- 会場 障がい者福祉センター(中央1丁目・市総合福祉センター内)。
- 講座名・開催曜日など 下の表の通り。
- 対象 市内在住で、障がい者手帳を持っている人。
- 定員 1～79～16各抽選10人 8抽選15人。
- 費用 実費(材料費など)。
- 申込期限 1月30日。

講座名	開催曜日	開催時間
1パンフラワー講座	第1・3月曜日	午後1時～3時
2絵手紙講座	第2月曜日	午前10時～正午
3組紐講座①	第1・3火曜日	
4組紐講座②	第2・4火曜日	
5押し花講座	第2・4水曜日	
6書道講座	毎週木曜日	
7絵画講座	毎週金曜日	
8料理講座	第4金曜日	
9パソコン初級	毎週火曜日	
10パソコン中級	毎週木曜日	

- 申込方法 障がい者福祉センターに置いてある申請書に必要事項を書き、直接またはファクスで、障がい者福祉センター ☎(639)1050、FAX(639)1052へ。
- その他 創作的活動・社会適応訓練から2講座、運動から2講座が希望できます。ただし、同曜日同時間、同名の講座の重複申し込みは不可。なお、初めて申し込む人を優先します。

講座名	開催曜日	開催時間
社会適応訓練	11スマートフォン初級	午後1時15分～3時
運動	12気軽にフィットネス講座	第1・3水曜日 ※ 5・6・10・11月の第3水曜日を除く
	13フォークダンス講座(対象は視覚障がい者)	午前10時～11時30分
	14健康体操	午前10時～正午
	15簡単エアロビック体操	午前10時～11時30分
	16やさしいヨガ	午後1時15分～2時45分
	※ 講座の開催日については、変更となる場合があります。	

催
し

ID 1039631

ファミマギヤフリー
ふれあいアート展

期間 1月23日～2月5日。
会場 市内ファミリーマート7
店舗。



▼内容 障がいのある人が制作した絵画や造形物などの展示。

問 障がい福祉課☎ (632) 2228

ID 1004234
サン・アビリティーズ
(屋板町) で
各種教室



1車いすバスケ体験
教室

▼日時 2月7・14
日(土)、午後1時～3時。

2パラ卓球教室

▼日時 2月15日(日)午前10時～
正午。

3サンアビレクリエーション(ス
ポーツ吹き矢)

▼日時 2月15日(日)午前10時～
正午。

▼内容 障がいのある人を優先。
対象 各先着20人。
定員 申込開始 1月6日午前9時。
申込方法 アクス(回)を明記)で、サン・ア
クス

ビリティーズ☎・FAX (656) 1458
へ。
問 障がい福祉課☎ (632) 2229

お知らせ

ID 1025427
「医療費のお知らせ」を
発送します



▼内容 国民健康保険加入の皆さんに、掛かった医療費を把握し、健康に対する意識を向上してもらうことを目的として、医療費の額などを世帯主にお知らせするものです。なお、原本の再発行はできませんので、大切に保管してください。

▼発送内容・時期 令和7年1～10月診療分・1月末発送、令和7年11～12月診療分・3月末発送。

問 保険年金課☎ (632) 2318
▼対象 国民健康保険加入者。

ID 1003845
社会福祉法人提供の
介護サービスなどの
利用者負担額を減額



▼内容 社会福祉法人が運営する事業所などを利用した際の、利用者負担額(サービスに掛かった費用の1割、食費、居住費・滞在費用および宿泊費)の25%が軽減されます。ただし、介護保険負担限度

ご存じですか 地域福祉をサポートするボランティア

あなたのまちの民生委員・児童委員

問 保健福祉総務課☎ (632) 2930

▼担当の民生委員・児童委員を知りたい場合 お住まいの地域の民生委員・児童委員について、詳しくは、保健福祉総務課へお問い合わせ ID 1035817 ください。

▼リーフレットをご覧ください 民生委員の活動内容やインタビュー記事を掲載し、民生委員の魅力ややりがいを紹介しています。

▲市HP



▼市内39地区会長(敬称略)

地区	氏名
中央	いしづか 石塚 ともこ
東	こうま 郷間 ふみこ 文子
錦	さいとう 鶴藤 あつこ 敦子
西	ふくだ 福田 たいこ 泰子
西原	おかだ 岡田 こうじ 亮司
桜	はねいし 羽石 けんじ 賢二
富士見	まるやま 丸山 ゆたか 豊
明保	まるやま 丸山 博秋
宮の原	いちむら 市村 まさあき 正明
築瀬	かとう 加藤 ひさこ 寿子
城東	よしだ 吉田 きょうこ 京子
戸祭	たしろ 田代 じゅんこ 純子
細谷・上戸祭	すがわら 菅原 ひろし 博

地区	氏名
宝木	あまがい 天谷 たまえ 玉枝
今泉	さとう 佐藤 ゆきこ 幸子
峰	みすぬま 水沼 かすこ 和子
泉が丘	くまくら 熊倉 しげこ シゲ子
御幸	けんもち 鈴持 ゆきこ 幸子
御幸が原	かわくぼ 川久保 まさあき 雅明
昭和	ふじた 藤田 ひろし 洋
緑が丘	いしかわ 石川 きよし 清
陽光	すずき 鈴木 まこと 真木
陽南	すぎやま 杉山 あつこ 敦子
平石	いんなみ 印南 ようぞう 洋造
石井	くぼ 久保 じょうじ 徹
陽東	えい 江井 りょうじ 良治

地区	氏名
清原	つくい 津久井 みちこ 美知子
横川	ももせ 百瀬 まさと 正人
瑞穂野	いわした 岩下 よしゆき 義行
豊郷	かみやま 神山 ふみお 文男
城山	ながおか 長岡 たかゆき 孝之
国本	いとう 伊藤 みちよ 三千代
富屋	すぎやま 杉山 かずし 一寿
篠井	むらた 村田 りえ 理枝
姿川	せきね 関根 ようこ 洋子
雀宮	きむら 木村 さだお 貞夫
若松原	みやもと 宮本 かすのり 和典
上河内	いりえ 入江 しょうじ 正治
河内	かわしま 川島 ひでお 秀夫

額認定が非該当の人は、施設サービス利用時の食費・居住費（滞在費）は対象外です。

▼対象 生活保護受給者または次員が単身で市民税非課税②世帯の年間収入が単身で150万円以下（世帯1人増えるごとに50万円加算）③世帯の預貯金額が単身で350万円以下（世帯1人増えるごとに100万円加算）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。

■図書館HP
マルチメディアデイジ
図書館で
図書を貸し出します



活字による読書や本のままの形での利用が困難な人のための、音声を聞くながら、文字や絵と一緒に見られる「マルチメディアデイジタル図書」を貸し出します。デイスクリーナーが再生できるパソコンで利用することができます。

問 中央図書館 ☎ (636) 0231

特定健診・がん検診は受けましたか

ID 1004400

申込方法

問 健康増進課 ☎ (626) 1129

- 集団健診(市保健センター他) 集団健診予約▶ 
▼インターネット パソコン・システムHP
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。
健診日程など、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。

種類		対象
特定健康診査		40~74歳の国民健康保険加入者（妊娠婦は除く）
健康診査		後期高齢者医療制度加入者または40歳以上の医療保険に加入していない生活保護受給者
心電図検査		
貧血検査		
眼底検査		※ 集団健診のみ
胃がん検診	X線検査	40歳以上
	内視鏡検査	
大腸がん検診		
肺がん検診	X線検査	
	X線検査と喀痰検査	
乳がん検診	併用 マンモグラフィ検査 乳房超音波検査	40歳以上の女性（2年に1度）
	※ 集団健診のみ	
子宮がん検診	視触診	※ 個別健診のみ
	頸部細胞診	30歳代の女性
	頸部と体部細胞診	20歳以上の女性で、医師が必要と判断した人
	頸部細胞診とHPV検査	30・35歳の女性
前立腺がん検診		30・35歳の女性で、医師が必要と判断した人
骨粗しょう症検診		50歳以上の男性
※ 集団健診のみ		満40・45・50・55・60・65・70歳の女性

※ その他、肝炎ウイルス検診や歯科健診があります。

■申込時・受診時の注意

- ▼予約は3月分まで可能です。集団健診は受診希望日の21日前までに予約してください。
▼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申し出て

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資格確認書をお持ちください。

■健診やがん検診の結果を、確認しましたか

- 検査の結果が、「要精密検査」となった場合は、必ず精密検査を受けましょう。