

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 城山園(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)0368、✉u1904@city.usunomiya.tochigi.jp。

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)

学病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理栄養士)、細川裕史さん(獨協医科大学病院理学療法士)による、糖尿病合併症予防に関する講演。

▼対象 市内在住か通勤通学者。

▼定員 先着200人。

▼申込期限 1月30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、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。

食品安全講演会を開催



▼日時 2月19日(木)午後1時30分～4時30分。

▼会場 ホテルニューイタヤ(大通り2丁目)。

▼内容 工藤由起子さん(星薬科大学教授)、中上富之さん(デニーズジャパン)による、食品ロス削減を食中毒予防から考える講演。

▼対象 市内在住者、市内の食品関係事業者。

▼定員 先着150人。

▼申込開始 1月5日午前10時。

▼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 1～7月～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。

▼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
創作的活動	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	
社会適応訓練	8 料理講座	第4金曜日	午前10時～正午
	9 パソコン初級	毎週火曜日	
	10 パソコン中級	毎週木曜日	

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	第3木曜日	午後1時15分～3時
	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	午前10時～11時30分
運動	13 フォークダンス講座(対象は視覚障がい者)	5・6・10・11月の第3水曜日。全4回	午前10時～正午
	14 健康体操	第1・3月曜日	午前10時～11時30分
	15 簡単エアロビック体操	第1水曜日	午後1時15分～2時45分
	16 やさしいヨガ	第3水曜日	

※ 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
ファミマギャラリー
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車いすバスケット体験
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。

▼対象 障がいのある人を優先。
▼定員 各先着20人。
▼申込開始 1月6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

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Ⅱ1月末発送、令和7年11・12月診療分Ⅱ3月末発送。
▼対象 国民健康保険加入者。
問保険年金課 ☎(632) 2318

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

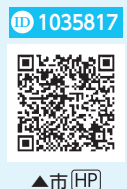
ご存じですか 地域福祉をサポートするボランティア

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

令和7年12月1日付けで、民生委員・児童委員の一斉改選が全国で行われ、本市においても794人が厚生労働大臣から委嘱されました。任期は3年です。
▼民生委員・児童委員とは 地域の生活困窮者・障がい者・高齢者に関する生活や福祉全般に関する問題について、住民から相談を受け、関係機関・専門機関を紹介するなど、地域福祉の増進に努めるボランティアです。なお、秘密は厳守します。

▼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。



▼市内39地区会長(敬称略)

地区	氏名
中央	石塚 とも子
東	郷間 文子
錦	齋藤 敦子
西	福田 たい子
西原	岡田 晃司
桜	はねいし けん二
富士見	まるやま 丸山 豊
明保	まるやま 丸山 博秋
宮の原	いちむら 市村 正明
築瀬	かとう ひさ子
城東	よしだ 吉田 京子
戸祭	たしろ 田代 純子
細谷・上戸祭	すがわら 菅原 博

地区	氏名
宝木	あまがい たまえ 天谷 玉枝
今泉	さとう ゆき子 佐藤 幸子
峰	みずぬま かず子 水沼 和子
泉が丘	くまくら しげ子 熊倉 シゲ子
御幸	けんもち ゆき子 鉦持 幸子
御幸が原	かわく ぼ 川久保 雅明
昭和	ふじ た ひろし 藤田 洋
緑が丘	いしかわ きよし 石川 清
陽光	すすき まき 鈴木 真木
陽南	すぎやま あつ子 杉山 敦子
平石	いん なみ ようぞう 印南 洋造
石井	くぼ とおる 久保 徹
陽東	えい りょうじ 江井 良治

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

活字による読書や本のままの形で利用が困難な人のための、音声を読ながら、文字や絵と一緒に見られる「マルチメディアデジ（デジタル図書）」を貸し出します。ディスクが再生できるパソコンで利用することができます。

中央図書館 ☎ (636) 0231



図書館HP
マルチメディアデジ
図書を貸し出します



その他 申請方法など、詳しくは、市HPをご覧ください。高年齢福祉課 ☎ (632) 2906へ。

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のすべてに該当する人。①世帯全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。

特定健診・がん検診は受けましたか

ID 1004400

申込方法

健康増進課 ☎ (626) 1129

- 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。

集団健診予約システムHP



- 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（妊産婦は除く）
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	40歳以上
貧血検査	
眼底検査 ※ 集団健診のみ	
胃がん検診	
	X線検査
	内視鏡検査 ※ 個別健診のみ
大腸がん検診	40歳以上
	X線検査
肺がん検診	喀痰検査は50歳以上で喫煙指数（喫煙年数×1日の本数）が600以上の人
乳がん検診	併用 マンモグラフィ検査 乳房超音波検査 ※ 集団健診のみ
	視触診 ※ 個別健診のみ
子宮がん検診	頸部細胞診
	頸部と体部細胞診 ※ 個別健診のみ
	頸部細胞診とHPV検査
	頸部、体部細胞診とHPV検査 ※ 個別健診のみ
前立腺がん検診	50歳以上の男性
骨粗しょう症検診 ※ 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。