

お知らせ

**ID 1004343**  
**高齢者等地域活動  
 支援ポイント事業  
 交換申請の受け付け開始**

令和4・5年度（令和4年4月～令和6年3月）に高齢者等地域活動支援ポイント事業に参加し取得したポイントは、市の施設利用券や図書カードなどへの交換、ボランティア団体などへの寄付、介護保険料への納付に充てるなどの交換申請をすることができます。

▼**対象** ①令和4年度に活動をした人のうち、申請が済んでいない人  
 ②令和5年度に活動をした人。

▼**申請期限** 9月30日。

▼**申込方法** 市社協ボランティアセンター内ポイント事業受付窓口（市社会福祉協議会・市総合福祉センター内）に置いてある申請書（市社協ボランティアセンターHP URL）からも取り出し可）に必要事項を書き、該当する年度のポイント台帳を添えて、直接または送付で、〒320-0806中央1丁目1-15、市社協ボランティアセンター内ポイント事業受付窓口へ。なお、65歳以上の人が申請する場合は、介護保険証に記載されている被保険者番号

を申請書に必ず書いてください。  
 市社協ボランティアセンター内ポイント事業受付窓口 ☎(614) 8011、高齢福祉課 ☎(632) 2367

**ID 1026580**  
**精神障がい者保健福祉手帳  
 をお持ちの人に  
 交通費を助成します**



▼**助成内容** 在宅の障がい者が公共交通機関などを利用する際の交通費。精神障がい者保健福祉手帳1級・2級・3級トトラへの福祉ポイントの付与（最大1万2000円分、バス・ライトライン・地域内交通乗車にのみ利用可）など。

▼**対象** 精神障がい者保健福祉手帳所持者。ただし、知的障がい者等交通費助成・障がい者タクシー料金助成・障がい者自家用車燃料費助成などの交通費助成を受けていない人。

▼**申請開始** 4月5日。

▼**申請方法** 精神障がい者保健福祉手帳、ToTraをお持ちの上、直接、障がい福祉課（市役所1階）へ。

▼**その他** 詳しくは、市HPをご覧ください。

障がい福祉課 ☎(632) 2361

新型コロナワクチンに関する情報

(3月15日現在)

新型コロナワクチンの定期接種について

ID 1034051

令和6年度から新型コロナワクチンは定期接種となり、次の通り実施する方針が国から示されました。

接種開始日や費用などの詳細は、今後決まり次第、市HPなどでお知らせします。

- ▼**接種時期** 令和6年度の秋冬（年1回接種）。
  - ▼**接種対象者** ①65歳以上②60～64歳で心臓、腎臓または呼吸器の機能に障がいがあり、身の回りの生活が極度に制限される人、ヒト免疫不全ウイルス（HIV）による免疫の機能に障がいがあり、日常生活がほとんど不可能な人。
  - ▼**実施場所** 個別医療機関。
  - ▼**費用** 有料（一部自己負担）。
- 市HP 保健予防課 ☎(626) 1114



市HP

予防接種健康被害救済制度について

ID 1032434

予防接種を受けると、極めてまれであるものの、健康被害（病気になったり障がいが残ったりすること）が発生する場合があります。法律に基づく救済制度が設けられています。

令和3年2月～令和6年3月31日までに受けた新型コロナワクチン臨時接種により、健康被害の発生があった場合は保健予防課へご相談ください。

予防接種と健康被害の因果関係が認定されると、医療費や障がい年金などの給付を受けることができます。

市HP 保健予防課 ☎(626) 1134



市HP

よくある質問

Q. 定期接種が始まる前に接種を受けることができますか。また、定期接種の対象外の人（64歳以下の健常者）も接種を受けることができますか。  
 A. いずれの場合も任意接種として、有料（全額自己負担）での接種は可能となる予定です。接種開始時期や接種費用は各医療機関によって異なりますので、各医療機関に直接お問い合わせください。

Q. 新型コロナワクチン接種の予約方法を教えてください。また、どこの医療機関で接種を実施していますか。  
 A. コールセンターや予約サイトでの予約受付は終了となりました。令和6年4月以降は、医療機関へ直接連絡し、予約してください。定期接種の実施医療機関は、今後、市HPなどでお知らせする予定です。任意接種については、各医療機関にお問い合わせください。

# 国民年金保険料のお知らせ

☎ 保険年金課 ☎ (632) 2327

## 前納制度

令和6年度国民年金保険料は月額1万6,980円、令和7年度国民年金保険料は月額1万7,510円となり、前納することにより割り引きになります。

### ▼納付書（現金）前納額

前納する期間	支払う金額	割引額
通常納付（1カ月分）	1万6,980円	0円
6カ月前納	10万1,050円	830円
1年前納	20万140円	3,620円
2年前納	39万8,590円	1万5,290円

2年前納を希望する場合は年金事務所に申し込み手続きが必要ですよ。

その他、口座振替、クレジットカード払いなどの支払い方法がありますので、納付方法については、宇都宮西年金事務所 ☎ (622) 4281、保険年金課へご相談ください。

## 学生納付特例制度

学生には、国民年金保険料を後から納めることができる制度があります。届け出をすると、年金を受けるための資格期間に算入され、後から納めれば受け取る年金額に反映されます。なお、後から納められる期間は10年以内です。

▼期間 令和6年4月分～令和7年3月分。

▼対象 大学（大学院）・短大・専門学校・各種学校などに在学する20歳以上の学生で、本人の前年所得が128万円以下の人。

▼申込方法 基礎年金番号通知書（交付されている人）、学生証両面の写しまたは在学証明書、代理人による申請は代理人のマイナンバーカードや運転免許証など本人確認できるもの（別世帯の代理人による申請は委任状も必要）をお持ちの上、直接、保険年金課（市役所1階A17番窓口）または各区・区へ。

なお、令和6年度用の申請はがきが届いた人は、必要事項を記入し送付してください（窓口での申請不要）。

▼その他 過年度分の申請の場合は、申請時点の2年1カ月前までさかのぼって申請できます。

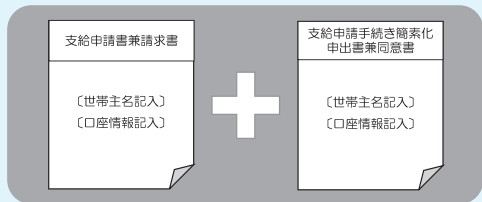
## 国民健康保険の高額療養費「申請手続き簡素化」（自動振込）の申し出を受け付けます ID 1003759

これまで、国民健康保険では、1カ月の医療費が世帯の収入・所得に応じた限度額を超えた時、その差額（高額療養費）の払い戻しの手続きとして、対象の月ごとに申請書を提出していただいていた。

4月からは「支給申請手続き簡素化申出書兼同意書」を提出することで、次回以降の高額療養費が、原則、指定の口座に自動的に振り込まれます。なお、国民健康保険税の未納がある場合など、簡素化の申し出ができません。

▼簡素化の新規申出方法 高額療養費の該当となった被保険者へ、「支給申請書兼請求書」と併せて「支給申請手続き簡素化申出書兼同意書」を送付します。「支給申請手続き簡素化申出書兼同意書」に記載の同意事項を確認の上、必要事項を書き、「支給申請書兼請求書」と併せて、直接または送付で、〒320-8540市役所1階、保険年金課 ☎ (632) 2316または各区・区へ。

その他、詳しくは、市庁をご覧ください。



**ID 1034115**  
**熱中症避難所（協力店）を募集しています**

熱中症による健康被害を防止するため、市民が外出時に熱中症などにより体調不良を感じた際、水分補給や涼しい場所の提供などにご協力いただける「熱中症避難所（協力店）」を募集しています。

▼協力内容 保健所から送付される熱中症避難所案内ポスターを店舗の入口などに掲示し、熱中症などで体調不良を感じた市民の人へ

水分補給や涼しい場所を無償で提供してください。

なお、店舗名などを市庁で公表します。

▼開設期間 4月24日～10月23日。

▼募集期間 随時。

▼応募方法 市電子申請共通システムに必要事項を入力するか、保健所総務課に置いてある応募用紙（市庁からも取り出し可）に必要事項を書き、直接または送付・ファクス・Eメールで、〒321-0974竹林町972、保健所総務課 ☎ (626) 111

**ID 1030857**  
**重度障がい者向け 自家用車燃料費助成制度をご利用ください**

▼助成内容 月額500円（年間最大6000円）の燃料費助成券を交付。

▼対象 公共交通やタクシーに乗ることができない、重度障がいの手帳所持者（身体障がい者手帳1級・2級、療育手帳A1・A2、

精神障がい者保健福祉手帳1級の所持者）。

ただし、障がい者タクシー料金助成、知的障がい者交通費助成、精神障がい者交通費助成を受けていない人。

▼申請開始 4月5日。

▼申請方法 助成対象となるいずれかの手帳、車検証をお持ちの上、直接、障がい福祉課へ。

▼その他 詳しくは、市庁をご覧ください。

☎ 障がい福祉課 ☎ (632) 2361



# 健康診査

☎ 1004396

本市では、生活習慣病などの早期発見・早期治療のために、健康診査やがん検診などを実施しています。  
あなたと大切な人のためにも、1年に1回健康診査を受診し、健康チェックをしましょう。

☎ 健康増進課 ☎ (626)1129

本市が実施する健康診査は、市保健センター（トナリエ宇都宮9階）などで受診する「集団健診」と市内指定医療機関で受診する「個別健診」のいずれかを選ぶことができます。

予約方法について、詳しくは、保健所（竹林町）・各區に置いてある「健康づくりのしおり」（市冊からも閲覧可）や市冊をご覧ください。

■ 集団健診日程（一部のみ・7月分も予約できます）

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	5月	6月
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。	12日(日)・13日(月)・16日(木)・20日(月)・23日(木)・26日(日)・31日(金)、午前9時～と9時45分～	1日(土)・3日(月)・6日(木)・10日(月)・11日(火)・15日(土)・16日(日)・17日(月)・21日(金)・23日(日)・27日(木)・30日(日)、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)	14日(火)・20日(月)、午前7時～と8時～ ※早朝健診 25日(土)午前8時30分～と9時30分～ ※総合健診	14日(金)・20日(木)・28日(金)、午前7時～と8時～ ※早朝健診 22日(土)午前8時30分～と9時30分～ ※総合健診
平石区(下平出町)	28日(火)午前9時～と9時45分～	—
清原区(清原工業団地)	24日(金)午前9時～と9時45分～	7日(金)・18日(火)、午前9時～と9時45分～
横川区(屋板町)	16日(木)午前9時～と9時45分～	1日(土)・11日(火)、午前9時～と9時45分～
瑞穂野区(下桑島町)	—	4日(火)午前9時～と9時45分～
豊郷区(岩曾町)	—	27日(木)午前9時～と9時45分～
姿川区(西川田町)	13日(月)・21日(火)・31日(金)、午前9時～と9時45分～	29日(土)午前9時～と9時45分～
雀宮区(新富町)	27日(月)・30日(木)、午前9時～と9時45分～	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)	—	10日(月)午前9時～と9時45分～
南市民活動センター(江曾島2丁目)	—	25日(火)午前9時～と9時45分～
河内区(中岡本町)	31日(金)午後2時～ ※総合健診(女性の日・胃がん検診なし) ※託児付き健診	—
上河内区(中里町)	25日(土)午前9時～	18日(火)午後2時～ ※総合健診(女性の日・胃がん検診なし) ※託児付き健診
田原コミュニティプラザ(上田原町)	27日(月)午前9時～	—
とちぎ健康の森(駒生町)	15日(水)・29日(水)、午前9時30分～と10時30分～ ※総合健診	15日(土)午前9時30分～と10時30分～ ※総合健診

※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。

■ 集団健診の予約方法 下記のいずれか。

▼ 集団健診予約システム URL1 に必要事項を入力。

▼ 電話で、集団健診予約センター ☎ 028(611)1311へ。

集団健診  
予約システム▶



4月から **歯科健診が** **500円** で受けられるようになりました！

4月1日から、25・30・35・40・45・50・55・60・65歳の方は、歯科健診が500円で受けられるようになりました。

すでに受診券をお持ちで、まだ受診されていない人や、これから対象となり受診券が届いた人は、ぜひこの機会に歯科健診を受けましょう。

▼ 開始日 4月1日。

▼ 受診券発送時期 25・30・35歳=誕生日、40・45・50・55・60・65歳=誕生日の前月。

▼ 受診券有効期間 対象年齢となる誕生日から次の誕生日の前日まで。

▼ 健診内容 虫歯や歯周病などの検査、歯みがき指導。

▼ その他 上記対象年齢の他、20・70・76・81・86歳の方は、歯科健診を無料で受診できます。

