



けんこうしんさ  
健康診査

せいかつしゅうかんびょう よぼう そうき ほつけん そうきちりょう とくていけんこうしんさ けんこうしんさ けんしん おこな  
生活習慣病の予防、早期発見、早期治療のために特定健康診査（健康診査）、がん検診などを行っ  
ています。年1回は健診を受けて自分の健康を確かめましょう。受診の際は、受診券と健康保険証が必要  
です。対象は、宇都宮市に住民登録をしている人です。

問：健康増進課 ☎028(626)1129

Health Checkups

Various types of health checkups, including "Special Health Checkups" and cancer checkups, are conducted to facilitate the prevention, early detection, and early treatment of lifestyle related diseases. You are advised to undergo a health checkup once a year to ensure good health. When undergoing a health checkup, you must bring your health checkup ticket and health insurance card. Those who have completed resident registration in Utsunomiya City are eligible.

Inquiries: Health Division, Tel: 028-626-1129

けんしん しゅるい 健診の種類	たいしょうねんれい 対象年齢
とくていけんこうしんさ 特定健康診査	40～74歳の宇都宮市国民健康保険加入者
けんこうしんさ 健康診査	後期高齢者医療制度加入者（75歳以上の人が及び65歳以上75歳未満で一定の障がいがあり認定を受けた人）、40歳以上の医療保険に加入していない生活保護受給者
しんでんず ひんけつ がんていけんさ 心電図・貧血・眼底検査	40歳以上の人
はい だいちょう い けんしん 肺がん・大腸がん・胃がん検診	40歳以上の人
ぜんりつせん けんしん 前立腺がん検診	50歳以上男性
しきゅう けんしん 子宮がん検診	20歳以上女性
にゅう けんしん 乳がん検診	30歳以上女性 ・30歳代の女性は視触診のみ ・40歳以上の女性はマンモグラフィ検査＋乳房超音波検査（2年に1回）
こつ そ しょうけんしん 骨粗しょう症検診	満40・45・50・55・60・65・70歳の女性
しか けんしん 歯科健診	満30・35・40・45・50・55・60・65・70歳の人
こうきこうれいしやし けんしん 後期高齢者歯科健診	76歳の人
かんえん けんしん 肝炎ウイルス検診	40歳以上の人で、過去に肝炎ウイルス検診を受診したことがない人

Type of Checkup	Eligible Age
Special health checkup	Those 40 through 74 years of age who are Utsunomiya City National Health Insurance members
Health checkup	Senior citizens (75 years of age and older) who are enrolled in health insurance, disabled persons between 65 and 74 years old, and recipients of public assistance who are 40 years of age and older and are not enrolled in health insurance
Electrocardiogram, blood test for anemia, funduscopy	Those 40 years of age and older
Lung cancer checkup, colon cancer checkup, stomach cancer checkup	Those 40 years of age and older
Prostate cancer checkup	Men 50 years of age and older
Uterine cancer checkup	Women 20 years of age and older
Breast cancer checkup	Women 30 years of age and older Women in their 30's: clinical exam only Women 40 years of age and older: mammography + breast ultrasound (once every 2 years)
Osteoporosis checkup	Women when they turn 40, 45, 50, 55, 60, 65, and 70 years of age
Dental checkup	Those when they turn 30, 35, 40, 45, 50, 55, 60, 65, and 70 years of age
Latter stage elderly dental checkup	Those 76 years of age
Hepatitis checkup	Those 40 years of age or older who have never been tested for hepatitis before

■ 感染症の検査・相談

保健所では、エイズ（HIV抗体）検査と性感染症（クラミジア・梅毒）検査、ウイルス性肝炎（B型・C型）検査を行っています。感染の心配がある人は、匿名・無料で受けられます。

問：保健予防課 ☎028(626)1114

■ Checkup and Consultation for Infectious Diseases

The Public Health Office provides tests for AIDS (HIV antibodies), sexually transmitted diseases (such as chlamydia and syphilis), and viral hepatitis (types B and C). Persons concerned they may be infected are able to be anonymously tested free of charge.

Inquiries: Public Health and Disease Prevention Division, Tel: 028-626-1114

▽検査内容・検査時期 感染の心配がある人は、匿名・無料で受けられます。

- ・ HIV検査：血液検査、感染したと思われる日から3 カ月経過。
- ・ 梅毒検査：血液検査、感染したと思われる日から1 カ月経過。
- ・ 性器クラミジア検査：尿検査（検査の1～2時間前から排尿を控えてください）感染したと思われる日から1 カ月経過。
- ・ ウイルス性肝炎（B型・C型）検査：血液検査、感染したと思われる日から6カ月経過。

▽Type and Time of Test Persons concerned they may be infected are able to be anonymously tested free of charge.

\*HIV: Blood test - Three months after date of suspected infection.

\*Syphilis: Blood test - One month after date of suspected infection.

\*Chlamydia: Urine test - (Do no urinate 1 to 2 hours before test). One month after date of suspected infection.

\*Viral hepatitis (types B and C) test: Blood test - Six months after date of suspected infection.

かいじょう 会場	けんさについで 検査日程	よやく 予約	けんさけつが 検査結果
ほけんじよ 保健所	まいしゅうすいようび 毎週水曜日 ごぜんじ 午前9時～10時	▽事前の予約が必要です(定員10人)。 ※予約は、市HPまたは電話で受け付けます。 ☎028(626)1114 ▽HIV検査・梅毒検査は、即日検査(当日の結果通知)を実施しています。 ※性器クラミジア検査・ウイルス性肝炎(B型・C型)検査の即日検査は、実施していません。	そくじつけんさ ぼあい さいけつ 即日検査の場合⇒採血 からやくじかん～1じかんはんご 約1時間～1時間半後に ちやくせつほんにん 直接本人にお知らせし ます。 つうじょうけんさ ぼあい やく ・通常検査の場合⇒約1 しゅうかんご ちやくせつほんにん 週間後に直接本人にお し 知らせします。
しほけん 市保健センター	おおむね 毎月第 4日曜日 ごご 午後1時～3時 30分	▽事前の予約が必要です(定員15人)。 ※予約は、市HPまたは電話で受け付けます。 ☎028(626)1114 ▽即日検査は、実施していません。	よくげつ だい にちようび ・翌月の第4日曜日に ちやくせつほんにん 直接本人にお知らせしま す。ただし、検査結果を早 く知りたい場合は、検査 日の約1・2週間後に ほけんじよ ちやくせつほんにん 保健所で直接本人にお し 知らせします。

Place	Time and Day	Appointments	Results
Public Health Office	Every Wednesday 9:00am to 10:00am	▽An appointment is required (limit 10 people). *Appointments are taken by the Utsunomiya City website or phone. Tel: 028-626-1114 ▽The HIV/Syphilis test is a rapid test and the results are provided the same day. *Chlamydia and viral hepatitis (types B & C) test results are not available on the same day as the test.	If the test is the one-day type, the results will be provided directly to you within 60 to 90 minutes after the test. *If the test is the regular-type test, the results will be provided directly to you one week after the test.
City Health Center	Usually the 4 <sup>th</sup> Sunday of every month, 1:00pm to 3:30pm	▽An appointment is required (limit 15 people). *Appointments are taken by the Utsunomiya City website or phone. Tel: 028-626-1114 ▽Rapid tests are not implemented.	*Results are provided to you directly on the 4 <sup>th</sup> Sunday of the following month. If you would like to get your results sooner, they will be provided to you directly one to two weeks after the test at the Public Health Office.



**母子健康手帳の交付**

妊娠したら、妊娠届出書を持って、市役所2階子ども家庭課、1階保健福祉相談担当、平石・富屋・姿川・河内地区市民センター、宇都宮市保健センター(水曜日、祝日、年末年始を除く)へ届け出て、母子健康手帳の交付を受けてください。

問：子ども家庭課 ☎028 (632) 2388

**■Mother/Child Health Handbook**

If you are pregnant, register your pregnancy using a pregnancy notification form at the Families with Children Division of the city office (2F), the person in charge of consultation for Health and Welfare at the city office (1F), the Hiraishi, Tomiya, Sugatagawa, or Kawachi Area Community Centers, or Utsunomiya City Health Center (Closed Wednesdays, national holidays, year-end & New Year holidays). You will then be issued a Mother/Child Health Handbook.

Inquiries: Families with Children Division, Tel: 028-632-2388

**妊産婦医療費助成制度**

妊産婦が、病気やけがで健康保険が適用になる診療を受けた場合の医療費(自己負担分)を市が助成する制度です。受給資格者証を交付しますので、子ども家庭課、各地区市民センター・出張所・宇都宮市保健センター(水曜日、祝日、年末年始を除く)で申請してください。受給資格者証に書いてある受給期間に支払った医療費の領収書を市役所に提出してください。後日、登録の銀行口座に振り込みます。

問：子ども家庭課 ☎028(632)2296

**■Pregnancy/Childbirth Expense Subsidy Program**

This program offers subsidies from the city for medical expenses (personally-borne portion) incurred when an expectant mother receives treatment for illness or injury using health insurance. To receive a medical subsidy certificate, please apply at the Families with Children Division or your local community center, or Utsunomiya City Health Center (Closed Wednesdays, national holidays, year-end & New Year holidays). Please submit receipts for medical expenses you paid during the period of receiving the subsidy notated on your medical subsidy certificate to the City Office. At a later date, money will be sent to the registered bank account.

Inquiries: Families with Children Division, Tel: 028-632-2296

**ママパパ学級**

妊婦とその夫を対象に、妊娠・出産・子育てに関する教室を開催しています。

問：子ども家庭課 ☎028(632)2388

**■Parenting Classes**

These are classes related to pregnancy, childbirth, and child rearing for expectant mothers and their husbands.

Inquiries: Families with Children Division, Tel: 028-632-2388

## ■妊産婦の健康診査

妊産婦は主治医の指示にしたがって、健康診査を定期的に受診しましょう。市では、母子健康手帳と共に受診票を交付して、健診の費用を一部助成します。なお受診時に受診票を利用できなかった場合、県外の医療機関等を受診された場合は、申請により助成されます。

問：子ども家庭課 ☎028(632)2388

### ■Health Checkups for Expectant Mothers

During pregnancy, periodic health checkups under the care of a regular doctor are recommended. Utsunomiya City issues copies of the Mother/Child Health Handbook and health checkup tickets and offers subsidies to cover part of the expense for checkups. Furthermore, if you are unable to use a checkup ticket for a checkup, or if you go for a checkup at a medical institution outside of Tochigi Prefecture, you can receive a reimbursement upon application.

Inquiries: Families with Children Division, Tel: 028-632-2388

## ■妊産婦の歯科健康診査

妊産婦を対象に、妊娠中から出産日を含めて出産後6カ月以内の期間に1回、無料で歯科健康診査と口腔衛生指導が指定医療機関で受けられます。受診票は母子健康手帳交付のときに配付します。

問：子ども家庭課 ☎028(632)2388

### ■Dental Checkups for Expectant Mothers

One free dental health checkup is provided at designated medical institutions for expectant mothers during pregnancy and up to six months following childbirth (includes the day of childbirth). Health checkup tickets are issued together with the Mother/Child Health Handbook.

Inquiries: Families with Children Division, Tel: 028-632-2388

## ■子どもが生まれたときの手続き

赤ちゃんが生まれたら、医師の証明をもらい、14日以内に市役所1階市民課または各地区市民センター・出張所に出産届を提出してください。

### ▽手続き内容

- 1 出生日から14日以内に出産届（市役所）
- 2 旅券申請（各国大使館）
- 3 出生後30日以内に在留資格、在留期間の取得許可申請（入国管理局）。
- 4 父母のどちらかが特別永住者の場合は、出生の日から60日以内に特別永住許可申請書が必要です。詳しくは、お問い合わせください。

問：市民課 ☎028(632)2271

### ■Procedures to Be Completed After a Child is Born

When a child is born, obtain a birth certificate from the doctor and submit a birth notification form at the Community Service Division of the city office (1F), residents' association center, your local residents' center, or branch office within 14 days of giving birth.

### ▽Procedures

1. Submit birth notification within 14 days after birth (City Office)
2. Apply for passport (Applicable embassy)
3. Apply for visa and authorized period of stay within 30 days after birth
4. If either the father or mother is a special permanent resident, a special permanent resident permission application must be submitted within 60 days of birth. For details, please inquire.

Inquiries: Citizens Affairs Division, Tel: 028-632-2271

ていきよぼうせつしゅ  
**定期予防接種**

市では感染症予防のために予防接種を実施しています。

問：保健予防課 ☎028(626)1114

■Periodic Immunizations

Utsunomiya City provides immunizations to prevent the spread of infectious diseases.

Inquiries: Public Health and Disease Prevention Division, Tel: 028-626-1114

しゅるい 種類	き 期	せつしゅほうほう 接種方法	かいすう 回数
ロタウイルス	ロタリックス (1価)	生後6週から24週未満の間に、27日以上の間隔をあけて2回の接種を受ける。初回標準的接種期間：生後2か月目から15週未満	2回
	ロタテック (5価)	生後6週から32週未満の間に、27日以上の間隔をあけて3回の接種を受ける。初回標準的接種期間：生後2か月目から15週未満	3回
がたかんえん B型肝炎		1歳未満の間に1回目の接種から27日以上の間隔をあけて2回目の接種を受ける。1回目の接種から139日以上の間隔をあけて3回目の接種を受ける。標準的接種期間：生後2か月以上9か月未満	3回
ヒブ ※1	初回	生後2か月以上7か月未満の間に1回目の接種を開始し、生後12か月未満の間に、27日(4週間)以上56日(8週間)未満の間隔をあけて3回接種を受ける。	3回
	追加	初回接種終了後、7か月以上13か月未満の間隔をあけて1回接種を受ける。	1回
しょうようはいえん 小児用肺炎 きゅうきん 球菌 ※1	初回	生後2か月以上7か月未満の間に1回目の接種を開始し、生後12か月未満の間に27日(4週間)以上の間隔をあけて3回接種を受ける。	3回
	追加	初回接種終了後、60日以上の間隔をあけて、生後12か月以降に1回接種を受ける。	1回
よんしゅこんごう 四種混合 ・ジフテリア ひやくにちぜき ・百日咳 はしょうふう ・破傷風 ・ポリオ	1期初回	生後3か月以上7歳6か月未満の間に、3週間以上8週間未満の間隔をあけて3回接種を受ける。標準的接種期間：生後3か月以上12か月未満	3回
	1期追加	生後3か月以上7歳6か月未満の間に、1期初回接種終了後、6か月以上の間隔をあけて1回接種を受ける。標準的接種期間：1期初回接種終了後、12か月以上18か月未満	1回
にしゅこんごう 二種混合 ・ジフテリア はしょうふう ・破傷風	2期	11歳以上13歳未満の間に1回接種を受ける。標準的接種年齢：11歳	1回
BCG		1歳未満の間に1回接種を受ける。標準的接種期間：生後5か月以上8か月未満	1回
すいとう 水痘	初回	生後12か月以上36か月未満の間に、1回接種を受ける。	1回

		ひょうじゆんできせつしゆきかん せいご げついじょう げつみまん 標準的接種期間：生後12カ月以上15カ月未満	
	つか追加	せいご げついじょう げつみまん あいだ しょうじゆんできせつしゆきかん 生後12カ月以上36カ月未満の間に、初回接種終了後、3カ げついじょう かんかく かいせつしゆ う ひょうじゆんできせつしゆきかん 月以上の間隔をあけて1回接種を受ける。標準的接種期間： しょうじゆんできせつしゆきかん げついじょう げつみまん 初回接種終了後、6カ月以上12カ月未満	かい 1回
ましんふうし こんごう ん混合	き1期	せいご げついじょう げつみまん あいだ かいせつしゆ う 生後12カ月以上24カ月未満の間に1回接種を受ける。	かい 1回
	き2期	しょうがっこう にゅうがく まえ ねんど がついたち がつ にち あいだ 小学校に入学する前の年度の4月1日から3月31日までの間 かいせつしゆ う に1回接種を受ける。	かい 1回
にほんのうえん 日本脳炎	きしよかい 1期初回	せいご げついじょう さい げつみまん あいだ しゅうかん いじょう しゅうかん 生後6カ月以上7歳6カ月未満の間に、1週間以上4週間 みまん かんかく かいせつしゆ ひょうじゆんできせつしゆねんれい さい 未満の間隔をあけて2回接種を受ける。標準的接種年齢：3歳	かい 2回
	きつか 1期追加	せいご げついじょう さい げつみまん あいだ さいしよかいせつしゆしゅうりょうご 生後6カ月以上7歳6カ月未満の間に、1期初回接種終了後 ねんご かいせつしゆ う ひょうじゆんできせつしゆねんれい さい 、おおむね1年後に1回接種を受ける。標準的接種年齢 さい ：9歳	かい 1回
	き2期	さいいじょう さいみまん あいだ かいせつしゆ う ひょうじゆんできせつしゆねんれい 9歳以上13歳未満の間に1回接種を受ける。標準的接種年齢 さい ：9歳	かい 1回
	とくれいそち 特例措置 のこ かいすう (残り回数)	へいせい ねん がつつつか へいせい ねん がついたち う にほんのうえん ①平成7年4月2日から平成19年4月1日生まれで、日本脳炎 ぜん かい せつしゆ しゅうりょう ばあい はたちみまん あいだ のこ 全4回の接種を終了していない場合は、20歳未満の間に残 せつしゆかいすう う りの接種回数を受ける。 へいせい ねん がつ にち へいせい ねん がつ にちう さい かい ②平成19年4月2日から平成21年10月1日生まれで、1期3回の せつしゆ しゅうりょう ばあい さいいじょう さいみまん あいだ のこ 接種を終了していない場合は、9歳以上13歳未満の間に残りの せつしゆかいすう う 接種回数を受ける。	
しきゅうけい 子宮頸がん (HPV)		しょうがく ねんせい こうこう ねんせい じょし ひょうじゆんできせつしゆきかん ①小学6年生から高校1年生になる女子。標準的接種期間： ちゅうがく ねんせいぞうとう あいだ 中学1年生相当の間。※2 せつしゆくつきかんしゅう さい ひか せつしゆきかん す じょし ②積極的勧奨の差し控えにより、接種期間が過ぎてしまった女子 。 ちゅうい しきゅうけい がんワクチンは しゅるい せつしゆかんかく こと 【注意】子宮頸がんワクチンは2種類あり、それぞれ接種間隔が異 なりです。また、とちゅう からワクチンをか えることはできません。おな びワクチンで かいせつしゆ 3回接種してください。	かい 3回
	サーバリックス	しょうかいせつしゆ げつ かいめい しょうかいせつしゆ げつご 初回接種から1カ月に2回目、初回接種から6カ月後 かいめい せつしゆ う に3回目の接種を受ける。	
	ガーダシル	しょうかいせつしゆ げつご かいめい しょうかいせつしゆ げつご 初回接種から2カ月後に2回目、初回接種から6カ月後 かいめい せつしゆ う に3回目の接種を受ける。	

※1 ヒブと小児用肺炎球菌については、生後7カ月以降に接種を開始した場合、接種回数が変わります。詳しくは、保健予防課へお問い合わせください。

※2 子宮頸がんの接種できる詳しい年齢については、保健予防課へお問い合わせください。



Vaccine Type	Term	Method of Immunization	Times
Rotavirus	Rotarix (1)	Administered 2 times when child is between 6 to 24 months at an interval of 27 days or more. Initial standard immunization period: Age 2 months - 15 weeks	2
	Rotateq (5)	Administered 3 times when child is between 6 to 32 months at an interval of 27 days or more. Initial standard immunization period: Age 2 months - 15 weeks	3
Hepatitis B		Administered the 1 <sup>st</sup> time to children under 1 year old, and the 2 <sup>nd</sup> time after 27 days or more have passed. Administered for the 3 <sup>rd</sup> time after 139 days or more have passed since the 1 <sup>st</sup> time. Standard immunization period: Age 2 months – 9 months	3
HIB ※1	1 <sup>st</sup> Term	Administered 3 times, the first time when child is between 2 and 7 months, the remaining times before the child turns 12 months old at intervals between 27 days (4 weeks) and 56 days (8 weeks).	3
	Booster	Administered 1 time between 7 and 13 months after the 1 <sup>st</sup> term shots have been completed.	1
Pediatric Pneumococcal ※1	First Term	Administered 3 times, the first time when child is between 2 and 7 months, the remaining times before the child turns 12 months old at intervals of at least 27 days (4 weeks).	3
	Booster	Administered 1 time at least 60 days after the 1 <sup>st</sup> term shots have been completed and before the child turns 12 months.	1
Quadruple combination ※2 *Diphtheria *Pertussis *Tetanus *Polio	1 <sup>st</sup> Term	Administered 3 times to children between 3 months and 7 1/2 years old with an interval between 3 and 8 weeks each time. Standard immunization period: 3 months to 12 months old.	3
	1 <sup>st</sup> Term Booster	Administered 1 time to children between 3 months and 7 1/2 years old 6 months or more after the 1 <sup>st</sup> term shots have been completed. Standard immunization period: between 12 and 18 months after the 1 <sup>st</sup> term shots have been completed.	1
Double combination ※2 *Diphtheria *Tetanus	2 <sup>nd</sup> Term	Administered 1 time to children between 11 and 13 years old. Standard immunization age: 11.	1
BCG	.	Administered 1 time to children under 1 year old. Standard immunization period: between 5 and 8 months	1
Chicken Pox	1 <sup>st</sup> Term	Administered 1 time to children between 12 and 36 months old. Standard immunization period: 12 to 15 months old.	1
	Booster	Administered 1 time to children between 12 and 36 months old at least 3 months after the 1 <sup>st</sup> term shots have been completed. Standard immunization period: 6 to 12 months after the 1 <sup>st</sup> term shots have been completed.	1
Measles/ Rubella Combination	1 <sup>st</sup> Term	Administered to children between 12 and 24 months old.	1
	2 <sup>nd</sup> Term	Administered 1 time between April 1 and March 31 the year before child enters elementary school.	1
Japanese encephalitis	1 <sup>st</sup> Term	Administered 2 times to children between 6 months and 7 1/2 years old with an interval between 1 and 4 weeks each time. Standard immunization age: 3 years old.	2

	1 <sup>st</sup> Term Booster	Administered to children between 6 months and 7 1/2 years old about 1 year after the 1 <sup>st</sup> term shots have been completed. Standard immunization age: 4 years old.	1
	2 <sup>nd</sup> Term	Administered 1 time to children between 9 and 13 years old. Standard immunization age: 9 years old.	1
	Exceptional Measures	<p>① The remaining shots are administered to those under 20 years of age to those born between April 2, 1995 and April 1, 2007 who have not completed all 4 Japanese encephalitis immunizations.</p> <p>② Those born between April 2, 2007 and October 1, 2009 who haven't completed three 1<sup>st</sup> term shots are to receive the remaining shots between the age of 9 and 13.</p>	
Cervical cancer (HPV)		<p>① Girls 6<sup>th</sup> grade elementary school through 1<sup>st</sup> grade high school. Standard administration period: During the year of 1<sup>st</sup> grade junior high school or that age equivalent. ※2</p> <p>② Girls who have been overdue for vaccination due to a proactive recommendation.</p> <p><b>【Caution】</b> There are two types of cervical cancer vaccines, and they their administration periods differ. In addition, it is not possible to change the type of vaccine part way through the process. Please have the same vaccine be administered three times.</p>	3
	Cervix	Administered the second time 1 month after the initial administration, and the third time 6 months after the initial administration.	
	Gardasil	Administered the second time 2 months after the initial administration, and the third time 6 months after the initial administration.	

※1 Regarding HIB and pediatric pneumococcal, if the first immunization shot is administered after a child turns 7 months old, the number of times the child needs shots will change. For more information, contact the Public Health and Disease Prevention Division.

※2 Please contact the Public Health and Disease Prevention Division regarding details on the age for which cervical cancer immunization shots can take place.

にゅうようじけんこうしんさ  
**■乳幼児健康診査など**

市では次の乳幼児を対象に健康診査などを行っています。対象者には個別に通知します。

**■Infant/Toddler Health Checkups**  
 Utsunomiya City conducts the following health checkups for infants and toddlers. Those who are eligible are notified individually.

- ▽4カ月児健康診査：生後4カ月1日～生後5カ月10日
- ▽10カ月児健康診査：生後10カ月1日～生後11カ月10日
- ▽1歳6カ月児健康診査：1歳6カ月～2歳未満
- ▽3歳児健康診査：3歳0カ月～4歳未満
- ▽2歳5カ月児歯科健康診査：歯の健診と磨き方指導を行います。2歳5カ月～2歳7カ月
- ▽先天性股関節脱臼検診：生後1歳未満

問：子ども家庭課 ☎028(632)2388

▽4 month checkup: children 4 months, 1 day - 5 months, 10 days old  
 ▽10 month checkup: children 10 months, 1 day - 11 months, 10 days old  
 ▽1 year 6 month checkup: children 1 year, 6 months – less than 2 years old  
 ▽3 year checkup: children 3 years – less than 4 years old  
 ▽2 year 5 month dental checkup: children 2 years, 3 months - 2 years, 7 months old (dental checkups and instructions on teeth-brushing)  
 ▽Congenital hip dislocation screening: children less than 1 year old

Inquiries: Families with Children Division, Tel: 028-632-2388

あか ほうもん  
**■赤ちゃん訪問**

生後4カ月までの乳児期に、訪問指導員が全戸訪問し、子育てについての情報提供やアドバイスなどを行います。赤ちゃんが生まれたら「ママ・パパと赤ちゃんのためのしおり」についている出生連絡票を提出してください。

問：子ども家庭課 ☎028(632)2388

**■Infant Visitation**  
 The city will visit all households with infants under 4 months old to offer information and advice about raising children. When a new child is born, please turn in the contact form attached to "Guide for Mama, Papa, and Baby" (*mamapapato akachanno tameno shiori*).

Inquiries: Families with Children Division, Tel: 028-632-2388

じどう ぼし ふし  
児童・母子 父子



ふくし  
福祉

Welfare for Children/Single-Parent

## Households

### ■ファミリーサポートセンター

子育ての援助をしたい人（協力会員）と、子育ての援助を受けたい人（依頼会員）がお互いに会員になって助け合い、子どもたちの健やかな育ちを地域で援助していくための会員組織です。登録手続きや協力会員の紹介などを行います。

▽ 休業日：年末年始（12月29日～1月3日） 利用時間：午前9時～午後6時

問：ファミリーサポートセンター（市民プラザ6階ゆうあいひろば内） ☎028(616)1571

### ■Family Support Center

Through this community membership organization, those who want to help (cooperating members) work with those who need help (requesting members) to help raise healthy and sound children. The center handles membership registration and introduces cooperating members.

▽ Closed: Year-end/New Year holidays (December 29 to January 3), Hours: 9:00AM – 6:00PM

Inquiries: Family Support Center (Citizens Plaza 6F, inside the Yuaihiroba), Tel: 028-616-1571

### ■子ども医療費助成制度

市内在住の0～18歳になった最初の年度末までの子どもが、病気やけがで健康保険が適用になる診療を受けた場合の医療費（自己負担分）を市が助成する制度です。受給資格者証を交付しますので、子どもも家庭課、各地区市民センター・出張所で申請してください。栃木県内の医療機関などで、受給資格者証と健康保険証を利用すると、窓口での支払いが基本的に無料になります。栃木県外では、健康保険証は使えますが、受給資格者証は使えませんので、窓口で支払った領収書を市役所に提出してください。後日、登録の銀行口座に振り込みます。0～18歳まで（18歳の誕生日を迎えた最初の3月31日までがリミット）。

問：子ども家庭課 ☎028 (632) 2296

### ■Children's Medical Expense Subsidy Program

Utsunomiya City offers a subsidy program for the personally-borne cost of medical expenses if a child who lives in the city and is age 0 – 18 and undergoes medical treatment using health insurance for an illness or injury. To receive a medical subsidy certificate, please apply at the Families with Children Division or your local residents' association center, residents' center, or branch office. If you use your medical subsidy certificate and health insurance certificate at medical institutions, etc. in Tochigi Prefecture, in most cases you will not have to pay any money at the medical institution. You can use your health insurance certificate outside of Tochigi Prefecture, but not your medical subsidy certificate, so please submit a receipt to the City Office for money paid at medical institutions outside the prefecture. At a later date, money will be transferred to the registered bank account. For ages 0 – 18 (March 31 of the year the child becomes 18-years-old is the limit).



## ■保育所・認定こども園・地域型保育事業

保護者の就労状況などに応じて保育が必要な子どもの保育を行う児童福祉施設で、「認定こども園」「保育所」「地域型保育事業」のことであります。また、子育ての相談も受け付けます。教育・保育施設（認定こども園や幼稚園、保育所）および地域型保育事業（家庭的保育事業、小規模保育事業など）を利用する場合、保護者の申請により、支給認定（保育の必要性の認定）を受ける必要があります。

### ■Daycare Centers, Certified Kindergartens/Daycare Centers, and Local Daycare Programs

“Daycare Centers,” “Certified Kindergartens/Daycare Centers,” and “Local Daycare Programs” are child welfare facilities to take care of children needing care due to their guardian’s employment situation. Child rearing consultation service is also available. In order to use an educational/daycare facility (certified kindergarten/daycare center, daycare center) or local daycare program (domestic daycare program, small scale daycare program, etc.), the guardian must make an application and receive provision certification (certification of the necessity for daycare).

### ▽認定こども園

幼稚園と保育園の機能や特長を併せ持つ施設です。保護者の働いている状況にかかわらず、学校教育・保育と一緒に受けることができます。また、すべての子育て世代を対象に、子育て相談や親子の交流の場を提供します。

### ▽保育所

保護者の就労などに応じて、保育が必要な子どもの保育を行う児童福祉施設です。0歳から小学校就学前までの子どもに、健やかな発達を保障する養護と就学前に必要な教育を実施します。1日11時間の開所時間の他に、園によっては延長保育や子育て相談、一時預かりなどさまざまなニーズに応じた保育を行います。

### ▽地域型保育事業

地域における多様な保育ニーズに対応するための事業です。

- ・家庭的保育事業 家庭的な雰囲気のもとで少人数（定員5人以下）を対象に家庭的保育者（保育ママ）の自宅で保育を行います。
  - ・小規模保育事業 少人数（定員6～19人）を対象に、家庭的保育に近い雰囲気のもと保育を行います。
  - ・事業所内保育事業 会社内や事業所内の保育施設などで、従業員と地域の子どもの一緒に保育します。
  - ・居宅訪問型保育事業 障がいや病気などで個別のケアが必要な場合など、子どもの自宅で1対1の保育を行います。
- 申請の手続き方法や相談については、保育課へお問い合わせください。

問：保育課 ☎028(632)2394

#### ▽Certified Kindergarten/Daycare Centers

These facilities have the combined functions and characteristics of a kindergarten and daycare center. Regardless of the guardian's employment situation, children can receive an education and daycare at the same time. Child rearing consultations and parent/child events are provided for all people raising children.

#### ▽Daycare Centers

These are child welfare facilities which conduct daycare for children needing daycare due to their guardian's employment situation. Care that ensures healthy development and essential education prior to entering elementary school is provided to children ages 0 through prior to entering elementary school. In addition to providing care eleven hours per day, some facilities also offer daycare to meet a variety of needs, such as extended care, child rearing consultations, and temporary childcare.

#### ▽Local Daycare Programs

These are programs that meet various local daycare needs.

- Family Caregiver Daycare Program: Daycare provided at the household of a family caregiver (daycare mom) for a small number of children in a home-style atmosphere.
- Small Scale Daycare Program: Daycare in an environment close to that of family daycare for a small number of children (maximum 6 – 19).
- Daycare in Business Program: Daycare for the employees and local children conducted in the a daycare facility in the workplace of a company.
- Residence Visit Daycare Program: One-on-one daycare at the child's home in cases in which special care is needed for children with a disability or illness.

Please contact the Daycare Division for inquiries regarding application procedures and consultations.

Inquiries: Daycare Division, Tel: 028-632-2394

#### ■<sup>じどう てあて</sup>児童手当

<sup>こくない</sup>国内に<sup>じゅうしよ</sup>住所がある<sup>ひと</sup>人で、<sup>0</sup>0~<sup>さい</sup>15歳になった<sup>さいしよ</sup>最初の<sup>ねんどまつ</sup>年度末までの<sup>じどう</sup>児童を<sup>よういく</sup>養育している<sup>ひと</sup>人に<sup>しきゅう</sup>支給されます

問: <sup>と</sup>子ども<sup>かていか</sup>家庭課 ☎028(632)2387

#### ■Child Allowance

This is provided to those who are living in Japan and raising a child up to 15 years of age until the first fiscal year-end after the child reaches 15 years of age.

Inquiries: Families with Children Division, Tel: 028-632-2387

## ■ 児童扶養手当

離婚、未婚、死亡などによるひとり親家庭などの児童を養育している父、母または養育者に、児童が18歳に達した年度末まで支給されます。所得制限があります。

手当の額：児童1人の場合は、所得に応じて月額43,070円から10,160円まで設定。児童2人の場合は、10,170円～5,090円を加算。以下1人増えるごとに6,100円～3,050円を加算。

- ・ 父母が離婚した。
- ・ 父母の一方に障がいがある。
- ・ 父母の一方が1年以上行方不明。
- ・ 父母の一方が法令により1年以上拘禁されている。
- ・ 両親のどちらか、あるいは両方が死亡した。
- ・ 婚姻によらずに子を生んだ。
- ・ 父母の一方が裁判所からDV保護命令を受けた。

### ■ Child Rearing Allowance

Until the end of the fiscal year after the child reaches 18 years of age, this allowance will be provided to mono-parental families or those raising a child whose parents are divorced or whose father or mother dies. Income restrictions apply. For one child, the monthly amount will be between 10,160 - 43,070 yen (based on income), for the second child one will receive an additional 5,090 - 10,170 yen, and for each subsequent child, one will receive an additional 3,050 - ,100 yen.

\*If the parents are divorced.

\*If one of the parents is disabled.

\*If one of the parents has been missing for one year or longer.

\*If one of the parents has been in jail for one year or longer.

\*If either or both of the parents are dead.

\*If the child is born to a single parent.

\*If one of the parents has received a domestic violence protection order from the court.



## ■ひとり親家庭支援手当

離婚、未婚、死亡などによるひとり親家庭などの児童を養育している父、母または養育者に、ひとり親となつてから5年まで（ただし、児童全員が中学校終了した時点で支給終了）支給されます。所得制限があります。

手当の額：受給者1人につき月額3,000円。求職活動か仕事、仕事に関係する学習をしている場合は月額5,000円。

- ・父母が離婚した。
- ・父母の一方に障がいがある。
- ・父母の一方が1年以上行方不明。
- ・父母の一方が法令により1年以上拘禁されている。
- ・両親のどちらか、あるいは両方が死亡した場合。
- ・婚姻によらずに子を生んだ。
- ・父母の一方が裁判所からDV保護命令を受けた。

問：子ども家庭課 ☎028(632)2386

### ■Single Parent Family Support Allowance

Until the child finishes junior high school, this allowance will be provided to single parent families raising a child whose parents are divorced or whose father or mother dies. Provision will be made for five years since becoming a single parent (however it will conclude as soon as all children in the family complete junior high school). Income restrictions apply.

Allowance amount: 3,000 yen per month per child, 5,000 yen per month if one is trying to find a job, working, or doing work-related studies.

\*If the parents are divorced.

\*If one of the parents is disabled.

\*If one of the parents has been missing for one year or longer.

\*If one of the parents has been in jail for one year or longer.

\*If either or both of the parents are dead.

\*If the child is born to a single parent.

\*If one of the parents has received a domestic violence protection order from the court.

Inquiries: Families with Children Division, Tel: 028-632-2386

## ■子育て支援短期入所（ショートステイ）

疾病、出産、看護、冠婚葬祭などの理由で児童の養育が一時的に困難なとき、児童を乳児院や児童養護施設で短期間お預かりします。事前に手続きが必要です。

▽利用期間：原則として1カ月に7日以内。

▽1日あたりの利用料：原則として2歳未満児および慢性疾患児＝5,350円、2歳以上児＝2,750円

問：子ども家庭課 ☎028(632)2390

### ■Child-Raising Support Short-Term Stay (Short-Stay)

A child can be placed for a short period of time in a nursery or children's foster facility if the parents are having difficulty looking after the child due to illness, childbirth, nursing care, work, or a ceremonial occasion. An application must be completed in advance.

▽Usage limit: As a rule, no longer than seven days in one month.

▽Daily fee: In principle for children under 2 years of age and chronically ill = 5,350 yen, Children 2 years of age or older = 2,750 yen.

Inquiries: Families with Children Division, Tel:028-632-2390

## ■子どもの家

保護者が仕事などで家にいない児童が、放課後に楽しく安全に過ごすための生活の場です。社会生活に必要な基本的習慣を身につけられるよう、専任の支援員がお手伝いします。市内67カ所で実施しています。

問：生涯学習課 ☎028(632)2676

### ■After School Day-Care Center: Kodomo no ie

These are facilities where children whose guardians are not at home during the day due to work or other reasons can spend time safely after school. Specialized support staff look after the children so that they can learn basic social skills necessary for everyday life. There are facilities in 67 locations in the city.

Inquiries: Lifelong Learning Division, Tel: 028-632-2676

## ■ひとり親家庭医療費助成制度

離婚、未婚、死亡などによるひとり親家庭などの児童を養育している父、母または養育者と児童に、児童が18歳に達した年度末まで助成します。なお、所得制限があります。

▽助成内容 医療機関で健康保険が適用になる診療を受けた場合の医療費を助成します。

問：子ども家庭課 ☎028(632)2399

### ■System of Medical Subsidies for Single Parent Households

Until the end of the fiscal year after the child reaches 18 years of age, this is granted to single parent families, those raising a child whose parents are divorced, or whose father or mother dies. Income restrictions apply.

▽Subsidy information: Medical subsidies are provided for those who have received medical treatment for which health insurance was applicable at a medical institution.

Inquiries: Families with Children Division, Tel: 028-632-2399



ふくし  
福祉

Public Welfare

## ■介護保険

介護保険とは、65歳以上の人全員と40歳から64歳までの医療保険（健康保険組合、政府管掌健康保険、国民健康保険）に加入している人が被保険者（加入者）となって保険料を負担し、介護が必要と認定されたときに費用の1割、2割または3割を負担することで介護サービスが利用できる社会保険制度です。

### ■Long Term Care Insurance

Medical health insurance holders (health insurance union, government administration health insurance, or national health insurance) 40 to 64 years of age and anyone 65 years of age or older can become long-term care insurance holders. Upon payment of premiums, subscribers can avail of long-term care services at only 10%, 20%, or 30% of the original cost if recognized as needing long-term care.

### 加入する人

▽第1号被保険者：65歳以上の人。

▽第2号被保険者：40歳から64歳までの医療保険加入者。

### Members

▽Category 1 Members: Those 65 years of age and older.

▽Category 2 Members: Medical health insurance holders 40 to 64 years old.

### 保険料

▽第1号被保険者：被保険者本人の所得や市民税の課税状況および住民票上で同一世帯の市民税の課税状況に応じて11段階に分かれます。

▽第2号被保険者：加入している医療保険の算定ルールに従って決まります。

### Insurance Premiums

▽Category 1 Members: Premiums are separated into 11 levels, depending on the income of the insured person, the taxation status of the citizen tax, and the taxation status of the citizen tax of the same household on the resident registration form.

▽Category 2 Members: Premiums are based on the rules of the member's health insurance.

## 保険料の納め方

▽第1号被保険者：受給している年金からの差引きを原則としますが、年金差引きできない人は納付書などによる納付となります。

▽第2号被保険者：加入している医療保険料(税)と一緒に納めます。

問：高齢福祉課 ☎028(632)2907

### How Insurance Premiums are Paid:

▽Category 1 Members: As a rule, premiums are deducted from the pension received. However, those who are unable to pay through pension deduction must pay using the designated invoice.

▽Category 2 Members: Premiums are paid with the premiums for the member's medical health insurance.

Inquiries: Division of Welfare for the Aged, Tel: 028-632-2907

## 介護サービスを受けるための手続き

介護サービスを受けるためには、介護が必要であるという「要支援・要介護」の認定を受ける必要があります。認定を受けるためには、高齢福祉課が各地区市民センター・出張所の窓口、介護保険被保険者証(第2号被保険者は医療保険証の写し)を添えて申請します。

問：高齢福祉課 ☎028(632)2986

### Procedures for Receiving Long-Term Care Services

To take advantage of long-term care services, authorization entitled *Yoshien/Yokaigo*, "Assistance Needs/Care Needs," which certifies members needing long-term care, is required. To obtain authorization, file an application with your Long-Term Care Insurance card (category No. 2 members file their applications with a copy of their health insurance cards) at the Division of Welfare for the Aged, your local residents' association center, local residents' center, or branch office.

Inquiries: Division of Welfare for the Aged, Tel: 028-632-2986

## 介護サービス

「居宅サービス」として、ホームヘルパーが自宅を訪問し、食事などの介護や日常生活の援助を行うものや、施設に通って入浴や機能訓練などを行うサービス、また「施設サービス」として、施設に入所し日常生活上の世話、機能訓練、健康管理などの世話をを行うサービスがあります。サービスを利用した場合、介護保険対象経費の1割、2割または3割を負担していただきます。なお、低所得者などに対する利用者負担の軽減措置もありますので、詳しくは高齢福祉課へお問い合わせください。

問：高齢福祉課 ☎028(632)2906

### Long-Term Care Services

Long-term care services include nursing services, such as visits by a home helper to assist with meals and everyday activities, as well as baths and functional training at facilities for members who can commute. Also, there are institutional services, such as daily care, functional training and health maintenance, for members institutionalized in a facility. As a rule, when services are used, 10%, 20%, or 30% of the cost applicable to Long-term Care Insurance must be borne by the member. Since there are special fee reduction programs for those with a low income, ask the Division of Welfare for the Aged for more information.

Inquiries: Division of Welfare for the Aged, Tel: 028-632-2906

## ■ 障がい者福祉

### 身体障がい者手帳

肢体不自由、視覚、聴覚または平衡機能、音声機能、言語機能またはそしゃく機能、心臓機能、じん臓機能、呼吸器機能、ぼうこうまたは直腸機能、小腸機能、免疫機能、肝臓機能に障がいのある人に、その程度により1級から6級の区分で手帳が交付されます。手帳が交付されると、程度により各種サービスを利用することができます。

問：障がい福祉課 ☎028(632)2361

#### ■Welfare for the Disabled

##### Handbook for the Physically Disabled

This is a handbook that is issued to those with physical disabilities related to limbs, eyes, hearing, balance, voice function, speech function, masticatory function, heart function, kidney function, respiratory organ function, bladder or rectal function, small intestinal function, immune system function, or liver function. There are six categories based on the severity of the disability. If a handbook is issued, you can utilize services applicable for your condition.

Inquiries: Division of Welfare for the Handicapped, Tel: 028-632-2361

## ■ 高齢者福祉

高齢者に対し、配食サービスや、保険適用外のはり・きゅう・マッサージ助成券の交付、敬老祝金の支給などを行っています。

問：高齢福祉課 ☎028(632)2367

#### ■Welfare for the Elderly

Meal-delivery service, subsidy coupons for acupuncture, moxibustion, massages, and respect-for-the-elderly financial gifts are available for the elderly.

Inquiries: Division of Welfare for the Aged, Tel: 028-632-2367

## ■ 生活保護

病気などの理由で収入や蓄えがなく、生活が困難になった人に、経済面での援助をします。生活保護には、生活、教育、住宅、医療、介護などの扶助があります。

※保護の決定には、さまざまな要件がありますので、ご相談ください。

問：生活福祉第1課・第2課 ☎028(632)2105・2465、各地区の民生委員

#### ■Public Assistance (Welfare)

Financial assistance is offered to those who are having difficulty in everyday life because they have no income or savings due to illness or a similar reason. Types of public assistance include financial aid for everyday living, education, housing, medical treatment, and nursing care.

\*Since there are various requirements for receiving financial assistance, please ask for more information.

Inquiries: Life Welfare Divisions 1 & 2, Tel: 028-632-2105 / 2465, (or you can contact your local social worker)

## ■生活困窮者自立支援

現に生活に困窮し、最低限度の生活を維持することができなくなるおそれのある人のために、自立に向けた相談支援窓口を開設しています。

問：市社会福祉協議会 ☎028(612)6668

### ■Support of Independence for People in Need

A consultation support counter has been established to promote the independence of those with the risk of being unable to maintain a minimal lifestyle due to financial difficulties.

Inquiries: City Social Welfare Council, Tel: 028-612-6668

## ■生活福祉資金貸付相談

他の貸付制度からの資金借入れが困難な所得の少ない世帯を対象に、生活福祉資金の貸付制度があります。

※ 永住している人、連帯保証人が必要なことなどの要件があります。

問：市社会福祉協議会 ☎028(636)1215

### ■Consultation for Financial Loans for Everyday Living

Loan programs for social welfare funds and welfare for everyday living funds are available for those with a small income who are experiencing financial difficulty need funds for everyday living.

\*There are some requirements, such as permanent residency and having a cosigner.

Inquiries: City Social Welfare Council, Tel: 028-636-1215, (or you can contact your local social worker)