



けんこうしんさ
健康診査

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

健康

健康検査

为了能够预防生活习惯病，早发现，早治疗，要进行特定健康检查（健康检查），癌症筛查等各种健康检查。请每年接受一次健康检查，确认自己的健康状况。就诊时要携带就诊券和健康保险证。检查对象为在宇都宫市进行了居民登记的人。

咨询：健康増進課 ☎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歳以上の人が
はい だいちょう かい けんしん 肺がん・大腸がん・胃がん検診	40歳以上の人が
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
こうきこうれいしゃしかけんしん 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

检查的种类	对象年龄
特定健康检查	40~74 岁的宇都宫市国民健康保险加入者
健康检查	后期高龄者医疗制度加入者（75 岁以上的人及 65 岁到 75 岁，被认定有一定残疾的人），40 岁以上未加入医疗保险的接受生活保护的人
心电图、贫血、眼底检查	40 岁以上的人
肺癌、大肠癌、胃癌检查	40 岁以上
前列腺癌检查	50 岁以上男性
子宫癌检查	20 岁以上女性
乳癌检查	30 岁以上女性 <ul style="list-style-type: none"> · 30 岁的女性仅为视触诊 · 40 岁以上的女性为乳房 X 线检查+乳房超声波检查（两年一次）
骨质疏松症检查	满 40・45・50・55・60・65・70 岁的女性
牙科检查	满 30・35・40・45・50・55・60・65・70 岁
后期高龄者牙科检查	76 岁老人
肝炎病毒检查	40 岁以上且过去未接受肝炎病毒检查的人

■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

■感染症的検査、咨询

保健所可以进行艾滋病（HIV 抗体）检查和性感染病（淋病、梅毒）检查，病毒性肝炎（B 型、C 型）检查。对于感染有疑虑的人，可以匿名免费接受检查。

咨询：保健预防课 ☎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。

▽検査内容・検査期間 担心被感染的人可以匿名免费进行检查。

- ・ HIV 検査：血液検査，自怀疑感染之日3 个月后。
- ・ 梅毒検査：血液検査，自怀疑感染之日起1 个月后。
- ・ 性器官衣原体检查：尿检查（检查前的1～2 小时间请不要排尿）自怀疑感染之日起1 个月后。
- ・ 病毒性肝炎（B 型、C 型）检查：血液检查，自怀疑感染之日起6 个月后。

かいじょう 会場	けんさについて 検査日程	よやく 予約	けんさけつ 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。	即日検査の場合⇒採血から約1時間～1時間半後に直接本人にお知らせします。 ・通常検査の場合⇒約1週間後に直接本人にお知らせします。
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。	・翌月の第4日曜日に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週間後に保健所で直接本人にお知らせします。

地点	検査日期	予約	検査結果
保健所	毎星期三 早上9点～10点	▽必须提前预约(限定10人)。 ※接受市政府官网预约或电话预约。☎028(626)1114 ▽HIV检查、梅毒检查, 实行当日检查(当日出结果)。 ※性器官依原体检查·病毒性肝炎(B型、C型)检查不实行当日检查。	・当日检查的情况⇒从採血起大约1小时～1个半小时后直接通知本人。 ・一般检查的情况⇒大约一周后直接通知本人。
市保健中心	基本为每月第4个星期日 下午1点～3点30分	▽必须提前预约(限定15人)。 ※接受市政府官网预约或电话预约。☎028(626)1114 ▽不实行当日检查。	第二个月的第4个星期日直接通知本人。但是, 想早点知道结果的话, 请在检查日的一两周以后到保健所, 会直接通知本人。

しゅっさん いくじ 出産と育児



■ 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

分娩与育儿

■ 母子健康手册的发放

怀孕后，请持怀孕申报书到市政府2楼儿童家庭课，1楼保健福祉咨询窗口，平石、富屋、资川、河内地区市民中心，宇都宫市保健中心（除周三、节假日、年末年初）申报，领取母子健康手册。

咨询：儿童家庭课 ☎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

■ 孕产妇医疗费补助制度

是指孕产妇因生病，受伤进行适用于健康保险的检查时，医疗费（个人承担部分）由市里补助的制度。请向儿童家庭课或各地区市民中心、办事处、宇都宫市保健中心（除周三、节假日、年末年初）办理申请领取资格证。请在资格证上记载的支付期间内携医疗费收据向市政府申请补助。日后，会向指定银行账户转账。

咨询：儿童家庭课 ☎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

■ 妈妈爸爸学习班

以孕妇及其丈夫为对象，召开怀孕、分娩、育儿相关知识的学习班。

咨询：儿童家庭课 ☎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

■孕产妇的健康检查

怀孕时要按照主治医生的指示定期进行健康检查。宇都宫市会与母子健康手册一起发放就诊券，对健康检查的费用提供部分补助。但是，遇到就诊时不可使用就诊券的情况，或在县外的医疗机关等就诊的情况，通过申请可予以补助。

咨询：儿童家庭课 ☎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

■孕产妇的牙科检查

以孕产妇为对象，自怀孕时起包括分娩日以及生产后6个月以内，到指定医疗机构免费进行一次牙科健康诊查。就诊券在发放母子健康手册时一起分发。

咨询：儿童家庭课 ☎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・出張所に出生届を提出してください。

▽手続き内容

- 1 出生日から14日以内に出生届（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

■小孩出生后的手续

婴儿出生后，由医生开具出生证明，在14日内到市政府1楼市民课或各地区市民中心、办事处提交出生申报。

▽手续内容

- 1 出生后14天以内进行出生申报（市政府）。
- 2 护照申请（各国大使馆）。
- 3 出生后30天以内申请在留资格，在留期间的许可（入国管理局）。
- 4 父母其中一方为特别永住者的，自出生之日起60天内需要特别永住许可申请书。详情请联系我们。

咨询：市民课 ☎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

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
B型肝炎 がたかんえん		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
しょうじょうはいえん 小児用肺炎球菌 きゅうきん ※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

		ひょうじゅんてきせつしゆきかん 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	
	ついか 追加	せいご げつ いじょう げつ みまん あいだ しょうかいせつしゆしゅうりょうご 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 ひょうじゅんてきせつしゆきかん 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： しょうかいせつしゆしゅうりょうご 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	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 か 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。	1回
	き2期	しょうがっこう にゅうがく まえ ねんど がつ 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。	1回
にほんのうえん 日本脳炎	き しょうかい 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 う ひょうじゅんて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	2回
	き ついか 1期追加	せいご げつ いじょう さい げつ みまん あいだ き しょう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 ひょうじゅんて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： 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	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 ひょうじゅんて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	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 つか へいせい ねん がつ 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 き 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 かいだ 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 ひょうじゅんてきせつしゆきかん 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 せつせきよくてきかんしゅう き 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 しきゅうけい しきゅうけい 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、途中からワクチンを 変えることはできません。同 じワクチンで3回接種してください。	3回
	サーバリックス	しょうかいせつしゆ げつ かいめ 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 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 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 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。

■定期预防接种 咨询：保健预防课 ☎028(626)1114

市里为预防感染病实施预防接种。

种类	期数	接种方法	次数
轮状病毒	罗特律 (1价)	从出生后6周到24周之间接种2次,中间需间隔27天以上。首次标准接种年龄段:出生后2个月到15周以内。	2次
	乐幼康 (5价)	出生后6周到32周以内进行3次接种,中间需间隔27天以上。首次标准接种年龄段:出生后2个月到15周以内。	3次
B型肝炎		在不满1岁时接受第1次接种之后间隔27天再接种第2次。从第1次接种算起需间隔139天以上再接种第3次。标准接种年龄段:出生后2个月以上9个月以下。	3次
b型流感嗜 血杆菌 ※1	初次	出生后2个月以上,不满7个月时进行第1次接种,生后不满12个月时,间隔27天以上(4星期)56天以内(8星期)进行3次接种。	3次
	追加	初次接种结束后,间隔7个月以上不满13个月后,接受1次接种。	1次
小儿肺炎链 球菌 ※1	初次	出生后2个月以上不满7个月时,接受第1次的接种,生后不满12个月时,则在间隔27天以上(4星期)的时间接受3次接种。	3次
	追加	初次接种结束后,间隔60天以上,在出生后12个月后接受1次接种。	1次
四种混合 •白喉 •百日咳 •破伤风 •小儿麻痺	1期初次	出生后3个月以上,不满7岁零6个月的,则在间隔3星期以上8个星期不到的时间内接受3次接种。标准的接种年龄段:从出生后3个月起,到不满12个月为止	3次
	1期追加	出生后3个月以上,不满7岁零6个月的,则在初次接种结束后,间隔6个月以上后,接受1次接种。标准接种年龄段:初次接种结束后,12个月以上,不满18个月	1次
两种混合 •白喉 •破伤风	2期	11岁以上,不满13岁时接种1次。标准的接种年龄:11岁	1次
卡介苗		未滿1岁时接受第1次接种。标准的接种年龄段:出生后5个月以上,8个月以下	1次
水痘	初次	出生后12个月以上,不满36个月时接受第1次的接种。标准的接种年龄段:出生后12个月以上,15个月以下	1次
	追加	出生后12个月以上,不满36个月的,初次接种结束后,间隔3个月以上接受1次接种。标准的接种年龄段:初次接种结束后,6个月以	1次

		上, 12 个月以下。	
麻疹风疹混合	1 期	出生后 12 个月以上, 不满 24 个月时接受 1 次接种。	1 次
	2 期	自小学入学前的年度的 4 月 1 日起至 3 月 31 日内接种 1 次。	1 次
日本脑炎	1 期初次	出生后 6 个月以上, 不满 7 岁零 6 个月的, 则在间隔 1 星期以上 4 星期不到的时间后, 接受 2 次接种。标准的接种年龄: 3 岁。	2 次
	1 期追加	出生后 6 个月以上, 不满 7 岁零 6 个月的, 在 1 期初次结束后, 大概在 1 年后接受 1 次接种。标准的接种年龄: 4 岁。	1 次
	2 期	9 岁以上, 不满 1 岁时接种 1 次。标准的接种年龄: 9 岁。	1 次
	特例 (剩余次数)	①出生于平成 7 年 4 月 2 日到平成 19 年 4 月 1 日的, 若尚未完成日本脑炎 4 次接种时, 可在 20 岁之前补打剩下的疫苗数。 ②出生于平成 19 年 4 月 2 日至平成 21 年 10 月 1 日的, 尚未完成 1 期 3 次接种时, 可在 9 岁至 13 岁之间补打剩余的疫苗数。	
子宫颈癌 (HPV)	①小学 6 年级至高中 1 年级的女生。标准接种年龄段: 在相当于中学 1 年级期间。※2 ②因未得到积极的建议而错过接种时期的女子。 【注意】子宫颈癌疫苗有 2 种, 2 种疫苗的接种间隔时间不同。中途不可以更改疫苗种类且相同的疫苗需接种 3 次。		3 次
	二价疫苗	初次接种算起 1 个月后接种第 2 次, 初次接种算起 6 个月后接种第 3 次。	
	九价疫苗	初次接种算起 2 个月后接种第 2 次, 初次接种算起 6 个月后接种第 3 次。	

※1 b 型流感嗜血杆菌和小儿肺炎链球菌, 若于出生后七个月才开始接种的话, 将会变更接种次数。详细请在接种前与保健预防课联系。

※2 子宫颈癌的具体接种年龄请咨询保健预防课。

■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。

■婴幼儿健康検査等

市里对下述婴幼儿进行健康检查。对检查对象进行个别通知。

- ▽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个月健康检查：出生后4个月零1日～出生后5个月10日
- ▽10个月健康检查：出生后10个月零1日～出生后11个月10日
- ▽1岁零6个月健康检查：1岁零6个月～未滿2岁
- ▽3岁健康检查：3岁0个月～未滿4岁
- ▽2岁5个月牙科健康检查：进行牙科健康诊查和刷牙方法的指导。2岁零5个月～2岁零7个月
- ▽先天性股関節脱臼健康检查：出生后未滿1岁

咨询：儿童家庭课 ☎028-632-2388

■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

■婴幼儿家庭访问

访问指导员会对出生4个月之内的婴幼儿进行家庭访问，提供育儿情报及建议等。孩子出生后请提交「爸爸・妈妈和宝宝的书签」手册里附带的出生联络票。

咨询：儿童家庭课 ☎028-632-2388

児童・母子父子福祉



■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

児童、母子父子福利

■家庭支援中心

是进行育儿援助活动的会员组织，愿意帮助他人育儿的人（合作会员）和希望接受别人援助的人（委托会员）都将作为会员互相帮助，在地区范围内进行育儿互助，促进孩子健康成长。办理登记手续及介绍合作会员等。

▽休息日：岁末年初（12月29日～1月3日）开放时间：上午9点～下午6点

咨询：家庭支援中心（市民广场6楼友爱广场内） ☎028-616-1571

■こ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

■児童医療費補助制度

児童医療費補助制度是指当住在市内的0～18岁（最初年度末）小孩因生病或受伤接受适用于健康保险的治疗时，医疗费（自己负担部分）由市里补助的制度。请向儿童家庭课或各地区市民中心，办事处办理申请领取资格证。在栃木县内的医疗机关内出示领取资格证和健康保险证时，基本上在窗口是无需支付费用的。在栃木县外，可使用健康保险证，但是无法使用领取资格证。因此在窗口支付费用时的收据，可向市政府申请。日后，市政府会把钱转到注册银行账户里。0～18岁（限制到18岁生日后的第一个3月31日为止）。

咨询：儿童家庭课 ☎028-632-2296

■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、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。

■保育園・認定子ども園・地区型保育事業

保育園，認定子ども園，地区型保育事業是指根据监护人的工作情况，为有需要的儿童提供托养服务的儿童福利设施。此外也可提供育儿咨询。

需利用教育・保育设施（认定子ども園，幼儿园，保育园）及地区型保育事业（家庭式保育事业，小规模保育事业等）的情况下，需要由监护人申请支付证明（保育必要性的证明）。

▽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

▽认定孩子园

结合幼儿园和保育园的机能和特长的设施。不论监护者的工作状况，一律可受到学校教育及保育。而且，向所有育儿的人提供育儿咨询及亲子交流场所。

▽保育园

根据监护者的工作情况，为有需要的儿童提供托养服务的儿童福利设施。对从0岁到小学就学前的儿童实施保障其健康发展的看护及就学前必要的教育。除了1天11个小时开所的时间外，根据保育园的不同，也会有延长保育，育儿咨询，临时保育等满足各式各样需求的保育内容。

▽地区型保育事业:

是满足该地区多样的保育需求的事业。

- 家庭保育事业 在家庭式的氛围中，以少数儿童(五人以下)为对象，在家庭保育者(保育妈妈)的家中实行的保育。
 - 小规模保育事业 以少数儿童(6至19名)为对象，在类似于家庭式保育的氛围中提供保育服务。
 - 事业所内保育事业 在公司及事业所里的保育设施等中，为员工和当地的孩子提供保育。
 - 居家访问型保育事业 残疾及生病等需个别照料的情况下，在儿童的家中实行1对1的保育。
- 有关申请的手续方法及咨询，请联系保育科。

咨询: 保育课 ☎028-632-2394

■ じどう てあて 児童手当

国内に住所がある人で、0～15歳になった最初の年度末までの児童を養育している人に支給されます

問: 子ども家庭課 ☎028(632)2387

■ 児童津贴

提供给在国内有住址的，并且正在抚养 0～15 岁（15 岁的第一个年度末）的儿童的人。

咨询: 儿童家庭课 ☎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。

■ 児童扶養津贴

这项津贴提供给因离婚、未婚或死亡而照顾单亲家庭子女的父亲、母亲或照顾者，直到子女年满18岁的年度末为止。有收入限制。津贴金额：如果是一个孩子，根据收入情况，每月的补贴从43,070日元到10,160日元不等。如果是两个孩子，则需增加10,170日元至5,090日元。每增加一人，增加6,100日元至3,050日元。

- ・ 父母离异。
- ・ 父母其中一方有残疾。
- ・ 父母其中一方已经失踪一年以上。
- ・ 父母其中一方已被依法拘留一年以上。
- ・ 父母一方或双方已经死亡时。
- ・ 非婚生子。
- ・ 父母中的一方已收到法院下达的家庭暴力保护令。

■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。求職活動が仕事、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

■単亲家庭支援津贴

提供给因离婚、未婚或死亡而照顾单亲家庭子女的父亲、母亲或照顾者，在成为单亲后最多5年（但是，当所有子女中学毕业时，津贴即告终止）。有收入限制。津贴数额：每名儿童3,000日元/月。求职中或因工作关系正在学习的情况下5000日元/月。

- ・父母离异。
- ・父母其中一方有残疾。
- ・父母其中一方已经失踪一年以上。
- ・父母其中一方已被依法拘留一年以上。
- ・父母一方或双方已经死亡时。
- ・非婚生子。
- ・父母中的一方已收到法院下达的家庭暴力保护令。

咨询：儿童家庭课 ☎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

■育児支援短期入托（短期照看）

由于疾病，分娩，护理，婚丧嫁娶等情况暂时出现育儿困难时，可以委托婴儿院，儿童养护设施短期照顾。需事先办理手续。

▽使用时间：原则上1个月7天以内。

▽1日使用费：原则上未滿2岁儿及患慢性疾病儿＝5,350日元，2岁以上儿＝2,750日元

咨询：儿童家庭课 ☎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カ所で開催しています。

問：生涯学習課 ☎028(632)2676

■儿童之家

这是让监护人因工作等不在家时的孩子在放学后能够愉快安全渡过的生活场所。由专门的支援人员指导孩子们养成社会生活中必要的基本习惯。目前，市内共有67家。

咨询：终身学习课 ☎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

■単亲家庭医療費用補助制度

提供给因离婚、未婚或死亡等原因而照顾单亲家庭子女的父亲、母亲或照顾者和子女，费用补助至子女18岁的年度末为止。但是，有收入限制。

▽補助内容 当您在医疗机构接受了健康保险范围内的医疗时，会对医疗费进行补贴。

..... 咨询：儿童家庭课 ☎028-632-2399



■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。

福利

■看护保险

所有 65 岁以上的人和 40 岁至 64 岁参加了医疗保险（健康保险工会，政府负责的健康保险，国民健康保险）的人将成为被保险人（加入者）缴纳保险费。被认定需要看护时，支付 10%、20%或 30%的费用就可以享受看护服务的保险制度。

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。

加入者

▽第 1 号被保険人：65 岁以上の人。

▽第 2 号被保険人：40 岁以上到 64 岁为止的医疗保险加入者。

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。

保险费

▽第 1 号被保険人：根据被保険人本人的收入及市民税的纳税情况，以及住民票上为同一家庭的市民税纳税情况分为 11 个档次。

▽第 2 号被保険人：根据所加入的医疗保险的计算规则进行计算。

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

保险费的缴纳方法

▽第1号被保人：原则上是从发放的年金中先行扣除，但年金不能先行扣除的人可以用缴纳单等缴纳。

▽第2号被保人：与所加入的医疗保险费(税)一起缴。

咨询：高龄福利课 ☎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、高齢福祉課か各地区市民センター・出張所の窓口にて、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

使用看护服务的手续

为了使用看护服务，有必要进行“需要支援・需要看护”的认定。为了得到认定，请携带看护保险被保人证(第2号被保人需同时附上医疗保险证的复印件)到高龄福利课或各地区市民中心、办事处的窗口申请。

咨询：高龄福利课 ☎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

看护服务

可以提供“上门服务”，即保姆上门提供饮食等方面的看护及日常生活的帮助，及通过设施提供洗浴，机能训练服务等。此外，还提供“设施服务”，可以让申请服务的人住进来，照顾其日常生活，以及通过机能训练，健康管理等来提供服务。原则上享受服务时，看护保险对象承担10%、20%或30%的费用。此外，低收入人群可以减免部分负担。详细情况请到高龄福利课进行咨询。

咨询：高龄福利课 ☎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

■ 残疾人福利

肢体残疾人证

肢体残疾，视觉，听觉，平衡功能，声音，语言或咀嚼功能，心脏，肾脏，呼吸器官，膀胱或直肠，小肠，免疫，或肝脏功能发生障碍的人，根据程度不同分为1至6级，发放手册。收到手册后，可根据程度的不同享受各种服务。

咨询：残疾福利课 ☎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

■ 高齢老年人福利

对于高齢者，提供送餐服务，发放保险范围外的针・灸・按摩的补助券，支付敬老祝金等。

咨询：高齢福利课 ☎028-632-2360

■ 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

■ 生活保障

对于由于生病等原因失去收入或储蓄而生活困难的人，在经济方面给予帮助。生活保障包括生活，教育，住宅，医疗，看护等援助。

※保障的确定需要各种条件，届时请咨询。

咨询：生活福利第1课・第2课 ☎028-632-2105・2465，各地区民生委员

■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

■生活贫困者の自立支援

向目前生活困难，可能无法维持最低生活水平的人，开设咨询支援窗口，帮助他们自力更生。

咨询：市社会福利协议会 ☎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

■生活福利資金借貸咨询

以从其他的借贷制度借入资金困难的收入少的家庭为对象，提供生活福利资金的借贷制度。

※有永久居住权的人，需要有连带担保人等条件。

咨询：市社会福利协议会 ☎028-636-1215