

子育て



子育て支援情報

子育て支援センター

支援センター	場所	電話	開設日時	休館日
すみよし	子育てプラザ館	(23)8728	月～金 9:00～12:00 13:00～16:00	1/1,11 2/11
しんとみ	しんとみ保育園	(22)5577		
ゆづかみ	ゆづかみ保育園	(98)3881		
くろばね	くろばね保育園	(59)1077		

つどいの広場

広場	場所	開設日時	休館日
さくやま	旧さくやま保育園	月・水・金・1/23 9:00～14:00	1/1,11
トコトコ	子ども未来館	月～金 9:00～12:00, 12:45～15:00	1/1,4,11 2/1,11

子育てサロン 開設時間…9:00～12:00

サロン	場所	開設日	休館日
かねだ	金田北地区公民館	火曜日	2/11
のぎき	うすばアットホーム	木曜日	
かわにし	川西高齢者ほほえみセンター	水曜日	



問 子ども幸福課 東 1階 TEL (23) 8932

※開設日時は、1月1日(金)～2月14日(日)の期間のものを掲載しています。

■ファミリーサポートセンター

(子育てプラザ館) TEL (20) 0021

▶子育ての手助けをしたい・してほしい方が会員となり、地域で子育てを支え合う組織です。

■一時保育センター

(子ども未来館) TEL (47) 4125

▶開設日時…9:00～17:00(休館日を除く)

▶対象…4カ月～就学前の健康な乳幼児(市外の方を含む)

▶料金…1時間300円(市外の方は500円)

※1回4時間、月5回まで

※事前申し込みが必要。(一定要件あり)

健康・福祉

高齢者向け住宅講習会

●期日…2月3日(水)

午後2時～3時45分

●会場…県庁本館6階

大会議室1

●テーマ…「高齢者の住まい探しと資金計画」

●講師…FPリフレッシュ代表 岡本 典子氏

●定員…70名程度(先着順)

●申込方法…左記へ電話、FAXまたはメールで申し込み。(参加費無料)

問 申込住宅課

TEL 028(623)2484

FAX 028(623)2489

TEL 028(623)2484

TEL 028(623)2489

新型インフルエンザ等の発生に備え、食料品などの備蓄をしましょう

現代において、人々が免疫を持たない新型インフルエンザ等が発生した場合には、世界的な大流行となる恐れがあります。

実際の発生時には、外出の制限や、食料品や日用品等の流通に

影響が出ることが予想されますので、日頃から備蓄しましょう。
○備蓄品リスト(目安量…2週間程度)

●食料品(長期保存可能なもの)

- ・米、乾めん類、切り餅、乾パン、各種調味料、レトルト・フリーズドライ食品、即席めん、缶詰、菓子類、ミネラルウォーター、ペットボトルや缶入りの飲料、ベビーフード・粉ミルクなど

●日用品、医療品

- ・マスク(不織布マスク)、体温計、ゴム手袋(破れにくいもの)、水枕、漂白剤(次亜塩素酸…消毒効果)、消毒用アルコール、常備薬、絆創膏、ガーゼ・コットン、トイレトペーパー、ティッシュペーパー、ウェットティッシュ、洗剤(衣類、食器等)、石鹸、シャンプー、リンス、紙おむつ、生理用品、ごみ用ビニール袋、カセットコンロ、懐中電灯、乾電池など

※これらは例です。より詳細な備蓄品リストについては、市ホームページに掲載しています。また、左記窓口で配布しています。

問 健康政策課 東1階

TEL (23) 8975



年金・国保



～新成人のみなさんへ～ 20歳になったら国民年金

国民年金は、20歳から60歳までの人が、公的年金に加入し保険料を納め続けることで、年をとったときに受け取ることができ、老齢年金のほか、病気やケガで障害が残ったときに受け取ることができ、障害年金、家族の働き手がなくなったときに受け取ることができ、遺族年金などがあります。

【学生納付特例制度】

学校教育法に規定する大学(大学院)、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校および各種学校(修業年限1年以上である過程)、一部の海外大学の日本分校に在学する方で、ご本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予されます。

【若年者納付猶予制度】

学生でない30歳未満の方でご本人および配偶者の所得が一定額以下の場合に国民年金保険料に納付が猶予されます。

問 大田原年金事務所

TEL (22) 6311

市国保年金課 A1階

TEL (23) 8928

A 仮設庁舎A棟「政策・せいかつ館」 **B** 仮設庁舎B棟「税・まちづくり館」 **東** 東別館「安心・しあわせ館」

● 70歳未満の方

区分	所得要件 ※ 1	自己負担限度額(円) ※ 2
ア	旧ただし書所得 901万円超	252,600 + (総医療費 - 842,000) × 1% 【140,100】
イ	旧ただし書所得 600万円超 901万円以下	167,400 + (総医療費 - 558,000) × 1% 【93,000】
ウ	旧ただし書所得 210万円超 600万円以下	80,100 + (総医療費 - 267,000) × 1% 【44,400】
エ	旧ただし書所得 210万円以下	57,600 【44,400】
オ	低所得者 (住民税非課税)	35,400 【24,600】

● 70歳以上、75歳未満の方

区分	自己負担限度額 (円) ※ 2	
	外来 (個人ごと)	
現役並み所得者 (住民税課税所得が145万円以上)	44,400	80,100 + (総医療費 - 267,000) × 1% 【44,400】
一般	12,000	44,400
低所得者 (住民税非課税)	II	24,600
	I (年金収入80万円以下)	8,000

※ 1 所得は2014年中の所得です。(1～7月診療分は2013年の所得によります)
 「旧ただし書所得」とは、総所得金額等から基礎控除額(33万円)を差し引いた額です。
 ※ 2 【】内の金額は、過去12カ月に4回以上高額療養費の支給があった場合、4回目以降に適用される自己負担限度額です。

確定申告で医療費控除を受ける方へ
 国民健康保険に加入している方は、1カ月に支払った医療費が別表の自己負担限度額を超えると、その超えた分が高額療養費として支給される可能性があります。
 市では、高額療養費の支給対象となる方に対し、支給申請の案内を送付しており、12月診療分は2月下旬に発送予定です。受付の際は領収書に

よって支払額の確認を行いますので、確定申告で領収書を提出する前に高額療養費の支給申請を行ってください。
 なお、お手元の領収書の中に高額療養費の計算対象となるか不明のものがございましたら、左記までお問い合わせください。
問 国保年金課 **A** 1階
TEL (23) 8857

保健に関する教室・相談



※開催日時は、1月15日(金)～2月14日(日)の期間のものを掲載しています。
 ※離乳食教室、心の健康相談室は事前に申し込みが必要です。
 (心の健幸相談室は各回の前日までに予約をお願いします。)

教室・相談	日時	場所	内容	持ち物など	問い合わせ
乳幼児健康相談	2月3日(水) 9:30～11:15	大田原保健センター	計測や 育児相談など	母子健康手帳	子ども幸福課 東 1階 TEL (23) 8634
	2月5日(金) 10:00～11:15	黒羽保健センター			
離乳食教室	2月4日(木) 9:40～11:10	トコトコ大田原 子ども未来館	離乳食の進め方 など		
おたっしやクラブ	1月27日(水) 9:30～11:30	大田原保健センター	与一いきいき体操 警察講話	軽い体操ができる 服装	高齢者幸福課 東 1階 TEL (23) 8917
心の健康相談室	1月15日(金) 13:30～16:30	大田原保健センター	カウンセリング		健康政策課 東 1階 TEL (23) 8704
	2月12日(金) 13:30～16:30				
ためして運動塾	1月21日(木) 13:30～15:30	黒羽保健センター	ラジオ体操 筋トレ	飲み物、ヨガマット またはバスタオル、 室内シューズ	健康政策課 東 1階 TEL (23) 7601
	2月3日(水) 9:30～11:30	野崎研修センター			
まちなか保健室	1月23日(土) 13:30～16:00	トコトコ大田原 3階小会議室	健康相談 血圧測定	健診結果など	

<p>第18回とちぎリハビリテーションフォーラム 「高次脳機能障がい者への理解と就労・復職支援」 【日時】平成28年2月14日(日)13:00～16:30 【場所】パルティとちぎ男女共同参画センター パルティホール(宇都宮市野沢町4番地1) 【主旨】高次脳機能障がい者への理解と、高次脳機能障がい者の就 労支援を行って行く中でどのような支援が行えるのか、それぞれの 機関の役割、連携、課題についてシンポジウムを通し考えます。 主催:一般社団法人 栃木県作業療法士会 後援:栃木県 宇都宮市 下野新聞</p>	<p>【申込方法】 「とちぎリハビリテーションフォーラム 参加申し込み」と表記の上、所属・ 氏名・職種・連絡先を記載し、下記 のメールまたはFAXにてお申込みく ださい。尚、当日参加も可能です。 参加費500円 一般参加者歓迎 E-mail: tochi.rehaforum@gmail.com FAX:0287-32-4226</p>
---	--