

65 ～ 74 歳で一定の障がいがある方は後期高齢者医療制度に加入できます

75 歳以上の方が加入する後期高齢者医療制度ですが、一定の障がいがある方については 65 歳から加入することができます。該当する方は、健康増進課にご相談ください。
 ＊すでに加入している方は、手続きの必要はありません。
後期高齢者医療制度に加入すると／
 ・今まで加入していた医療保険（国民健康保険・社会保険・共済組合・国保組合など）をやめることになり、家族の医療保険が変更になる場合があります。
 ・後期高齢者医療の保険料を負担していただきます。
 ・医療機関窓口での負担が 1 割になります。（所得の多い方は 2 割または 3 割）

該当する障がいの程度／
 ①身体障害者手帳
 ・1 級、2 級、3 級の方
 ・4 級のうち、音声機能・言語機能障がいの方、下肢障がい（F41・F43・F44）の方
 ②精神障害者保健福祉手帳…1 級、2 級の方
 ③療育手帳…A1、A2 の方
手続きに必要なもの／
 ①身体障害者手帳など、障がいの程度がわかるもの
 ②現在加入している医療保険証など
 ③窓口に来る方の身分証明書
問い合わせ／健康増進課 ☎（43）1118

保健師・看護師が訪問相談を実施します

高齢者の保健事業と介護予防等の一体的実施事業として、75 歳以上の対象となる方に、低栄養・口腔機能低下・生活習慣病重症化予防・健康確認を行うため、保健師・看護師などが訪問相談を実施しています。

問い合わせ／
健康増進課 ☎（43）1118
高齢対策課 ☎（43）3896



- 低栄養**
 食事が取れない・食欲がない・体重が減るなどの理由により筋肉量や体力が低下すると、転倒や骨折など要介護の原因の一つとなります。
- 重複投薬者・多量投薬者**
 複数の病気を持つ方が増えています。重複服薬をすることで体の不調を招いたり、多量服薬することで副作用のリスクが高くなります。体調について相談させていただきます。

- 生活習慣病重症化予防**
 生活習慣病（血圧・糖尿病など）重症化予防に取り組んでいます。糖尿病で怖いのは血管の障害で起こる「合併症」です。人工透析の予防などを目的として、かかりつけ医の指示のもと食事や生活習慣の相談をさせていただきます。
- 健康確認**
 昨年度中に健診や医療機関の受診がなく、かつ、今年度の元気度チェック（アンケート）調査票の回答がない方の健康状態の確認をさせていただきます。

7・8 月の認知機能簡易検査

実施日	時間帯	場所	対象地区	実施日	時間帯	場所	対象地区
7月9日(火)	午前	山田公民館	山田	29日(月)	午前	市保健福祉センター	矢板5区
	午後	下伊佐野公民館	下伊佐野		午後		
23日(火)	午前	市保健福祉センター	矢板4区・沢	30日(火)	午前	コリーナ矢板公民館	コリーナ矢板
	午後				午後		
25日(木)	午前	泉きずな館 (泉常設型サロン)	寺山・高原・田野原・第一農場・第二農場・平野・長井	8月2日(金)	午前	市保健福祉センター	矢板6区・末広町・豊田
	午後				午後		

対象／おおよね 60 歳以上の方 **検査料金／無料**
申込方法／6 月 21 日（金）までに、電話でお申し込みください。

そのほか／他地区の方で早めの検査をご希望の方は、ご相談ください。検査の所要時間は約 20 分です。
申込・問い合わせ／高齢対策課 ☎（43）3896

介護支援専門員実務研修受講試験

日時／10 月 13 日（日）10：00～12：00
場所／○第 1 会場…宇都宮大学峰キャンパス
 ○第 2 会場…とちぎ健康の森
【試験案内書（申込書）】
配布期間／6 月 3 日（月）～30 日（日）
配布場所／各市役所・町役場（介護保険担当窓口）、県庁（保健福祉部高齢対策課）、各健康福祉センター、とちぎ福祉プラザ、栃木県シルバー大学校各校、とちぎ健康の森（総合受付、土・日・祝日も配布）

受付期間／6 月 10 日（月）～30 日（日）
 ＊当日消印有効
申込方法／申込書を試験案内書に同封の封筒に入れ、簡易書留で郵送してください。
 ＊期間以外の受付は一切行いません。
受験料／13,400 円
申込・問い合わせ／
（社）とちぎ健康福祉協会 ☎028（650）5587

いろいろな教室やイベントに参加しよう

泉常設型サロンいこいず
 開館時間／9：00～16：00 利用料／無料
 休館日／土曜日・日曜日・祝日
 問い合わせ／いこいず ☎（43）2231
 社会福祉協議会 ☎（44）3000 今月のイベント

「アフリカダンス」の様子



アフリカダンスは、毎月第 3 火曜日 10:00 から実施しています。愉快的な音楽に合わせて、みんなで楽しくアフリカダンスを踊りましょう。

木幡北山はつらつ館
 開館時間／9：00～16：00
 利用料／1日 100 円 休館日／日曜日・祝日
 問い合わせ／はつらつ館 ☎（43）6771
 高齢対策課 ☎（43）3896 今月のイベント

「グラウンドゴルフ」の様子



●参加者の声
 80 代の先輩のはつらつとした姿に影響され、グラウンドゴルフに初挑戦しました。初心者の方や経験者の方と会話しながら楽しく行うことができました。これからも続けて参加したいです。

とちそうの家族葬
 とちそうは 2～3 名の家族で送る葬儀から 30 名くらいの家族葬までおこなっています

とちそうの特徴

- 1 できるだけ費用のかからない明細会計資格を持った事前相談員がご希望の葬儀をご提案致します(無料)
- 2 亡くなられましたら会員は県内の病院・施設から無料で搬送(直送除く)
- 3 駐車場から室内すべてバリアフリーなので車椅子でも安心
- 4 ご希望によりピアノの生演奏や故人の生涯を映像にてお別れをします

猛暑から故人を守ります
 異常な暑さの中、死亡から火葬までの間故人の尊厳と美しさを保つために、とちそうは保冷庫を 2 台用意しました。(令和 6 年 6 月中旬)

とちそう 翼ホール
株式会社とちそう とちそう
 0287-43-4777 (代)