

熱中症は予防が大事！ コロナ禍でのポイント

▽消防署救急担当（TEL22 - 4806）

熱中症は重症になると命にかかわる病気ですが、予防法を知っていれば防ぐことができます。熱中症にならないために、新型コロナウイルス感染防止のため「3密」を避けつつ、十分な対策を行いましょう。

①暑さを避けましょう

- ◆ 感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整
- ◆ 暑い日や時間帯は無理をしない範囲で活動
- ◆ 涼しい服装にする
- ◆ 急に暑くなった日は特に注意する



②適宜マスクをはずしましょう

- ◆ 気温・湿度の高い中でマスク着用は要注意
- ◆ 屋外で人と十分な距離（2m以上）を確保できる場合には、マスクを外す
- ◆ マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩する



③こまめに水分補給をしましょう

- ◆ のどが渇く前に水分補給（目安は1日あたり1.2リットル）
- ◆ たくさん汗をかいた時は塩分も忘れずに補給



④日頃から健康管理をしましょう

- ◆ 日頃から体温測定、健康チェック
- ◆ 体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養



⑤暑さに備えた体作りをしましょう

- ◆ 暑くなり始めの時期から適度に運動する
- ◆ 水分補給は忘れずに、無理のない範囲にする
- ◆ 「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度の運動をする



家庭ごみの出し方

▽生活環境課（TEL23 - 7629）

新型コロナウイルスなどの感染症に感染した方や、その疑いのある方が家庭にいる場合、鼻水などが付着したマスクやティッシュなどのごみを出すときは、次のことを心がけましょう。

- ①マスクなどのごみに直接触れないよう、しっかり縛って出しましょう。

ごみは空気を抜いてからしっかり縛って出しましょう。



- ②ごみ袋の空気を抜いて出しましょう。

収集車での破裂を防ぐことができます。ごみ袋の7分目までに。



- ③ごみを出したあとはしっかり手を洗いましょう。

石鹸を使って流水で洗いましょう。



傷病手当金の支給

▽保険医療課（TEL23 - 7625）

ID 779150703

新型コロナウイルス感染症に感染した場合、または発熱などの症状があり感染症が疑われる場合に、療養のため会社などを休み、勤務先から給与などの支払いを受けることができなかった期間についても支給します。

対象

次の全てを満たす方

- ①新城市国民健康保険または後期高齢者医療制度の被保険者
- ②勤務先から給与の支払いを受けている

支給額

$(\text{直近の継続した3カ月間の給与収入の合計額} \div \text{就労日数}) \times 3 \text{分の} 2 \times \text{支給対象となる日数}$

適用期間

令和2年1月1日～令和3年9月30日

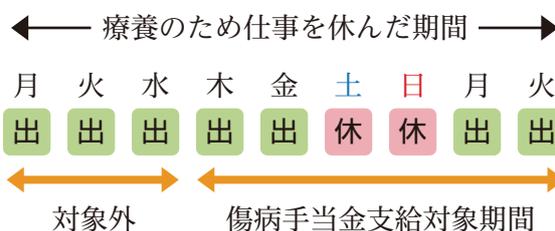
申請方法

保険医療課へお問い合わせください。

支給対象となる日数

勤務することができなくなった日から起算して3日を経過した日から、勤務をすることができない期間のうち、出勤予定だった日数

【例】最初の3日間と、勤務予定でなかった「休」を除いた「出」が対象のため、支給対象日は4日間（「出」は出勤予定だった日、「休」は勤務予定でなかった日）



保険税（料）の減免

▽保険医療課（TEL23 - 7625）

ID 143265291（国民健康保険税）

ID 409101966（後期高齢者医療保険料）

新型コロナウイルス感染症の影響により、納付が困難となった方の保険税（料）を減免します。

対象

- ①主たる生計維持者が死亡、または重篤な傷病を負った世帯
- ②主たる生計維持者の収入減少が見込まれ、次のaからcまでのすべてに該当する世帯
 - a 世帯の主たる生計維持者の事業収入や給与収入など、収入の種類ごとに見た令和3年の収入のいずれかが、令和2年に比べて10分の3以上減少する見込みであること
 - b 世帯の主たる生計維持者の前年の所得の合計額が1,000万円以下であること
 - c a以外の前年の所得の合計額が400万円以下であること

減免の割合

対象①の世帯：全額免除

対象②の世帯：2～10割減免

減免となる保険税（料）

納期限が令和4年3月31日までのもの

申請方法

申請を希望する方は、事前に保険医療課へお問い合わせください。