

# 新型コロナウイルス関連情報

問い合わせ 市コロナワクチンコールセンター(☎027・212・4722) 健康づくり課(☎②1211(代表))



## 「新しい生活様式」と熱中症予防を両立しましょう

マスクを着けると皮膚からの熱が逃げにくくなったり、気付かないうちに脱水になったりするなど、体温調節がしづらくなってしまいます。暑さを避け、水分を取るなどの「熱中症予防」と、マスク・換気などの「新しい生活様式」を両立させましょう。

### 暑さを避けましょう

- ・涼しい服装、日傘や帽子
- ・少しでも体調が悪くなったら、涼しい場所へ移動
- ・涼しい室内に入れなければ、外でも日陰へ

### のどが渇いていなくてもこまめに水分補給をしましょう

- ・1日あたり1.2リットルを目安に
- ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに

1.2L = ペットボトル 500mL 約2.5本      コップ 約6杯

または

### エアコン使用中もこまめに換気をしましょう

- ・窓とドアなど2カ所を開ける
- ・扇風機や換気扇を併用する
- ・換気後はエアコンの温度をこまめに再設定

### 暑さに備えた体づくりと日頃から体調管理をしましょう

- ・暑さに備え、暑くなり始めの時期から、無理のない範囲で適度に運動(「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)
- ・毎朝など、定時の体温測定と健康チェック
- ・体調が悪いときは、無理せず自宅で静養

### 熱中症を防ぐために屋外ではマスクを外しましょう

- ・屋外で人と2m以上離れているとき(十分な距離が取れるとき)

近距離で会話をするときはマスクの着用を

- ・運動時にはマスクを外しましょう
- ・屋内でも人と2m以上離れ、会話をしないときはマスクは不要です
- ・マスクの着用が不要な場面でも、マスクの着脱は個人の考えを尊重しましょう

18~59歳の基礎疾患のある人が4回目のワクチン接種を受ける場合は申請が必要です(市感染症ワクチン接種相談窓口☎④8024)。

## 国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の減免



新型コロナウイルス感染症の影響で世帯主が減収した世帯の保険税(料)を、所得と減少が見込まれる所得の金額に応じて減免します。

**減免割合** 下表のとおり

**対象** 次の①または②の要件を満たす世帯①新型コロナウイルス感染症の影響で世帯主が死亡または重篤な傷病を負った②新型コロナウイルス感染症の影響で世帯主の事業収入・給与収入の減少が見込まれ、次の要件の全てに該当する▽世帯主の令和4年中の収入が令和3年中の収入より30%以上の減少が見込まれる▽世帯主の前年合計所得金額が1000万円以下(介護保険料の減免は要件から除く)▽世帯主の収入減少が見込まれる所得以

外の前年所得が400万円以下▽世帯主と被保険者全員の令和3年分の収入の申告が済んでいる  
 ※年金収入のみの世帯および前年度所得がない人は対象になりません  
 ※世帯主以外が主たる生計維持者の場合は相談してください  
**減免期間** 4月1日〜令和5年3月31日の納期限のもの  
**申請に必要な物** ▽減免申請書▽収入申告書▽収支内訳書や帳簿(給与明細など)で月別の収入金額が確認できる物のコピー(令和3・4年分)  
 ※担当課から申請書を郵送しますので、電話で連絡してください  
**その他** 各種保険税(料)の減免が開始されるまでの間に納期が到来したものについては、年金からの特別徴収や口座振替の引き落とし、督促状が送されてしまう場合があります。減免後、納め過ぎた分は還付されます  
**申請** 令和5年3月31日(金)ま

保険税(料)	減免割合
国民健康保険税	2~10割 ※世帯の収入状況により
後期高齢者医療保険料	2割を下回ることがあります
介護保険料	8~10割

でに郵送で各担当課へ  
 ※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、郵送で申請してください  
**問い合わせ** ▽国税の減免・軽減関係Ⅱ保険年金課(☎④2822)・税務課(☎④231)▽後期高齢者医療保険料の減免関係Ⅱ保険年金課(☎④2259)▽介護保険料の減免関係Ⅱ介護保険課(☎④2292)

## 非自発的失業者に対する国民健康保険税の軽減

勤務先の都合により退職した人のいる世帯の国民健康保険税を軽減します。

**対象** 失業等給付を受け次のいずれかの要件に該当する人  
 ▽雇用保険の特定受給資格者  
 ▽雇用保険の特定理由離職者  
**軽減期間** 退職日の翌日〜翌年度末  
**軽減割合** 保険税の算定において、前年の給与所得をその

3割とみなし保険税の計算をします  
**提出書類** ▽国民健康保険特例対象被保険者等(非自発的失業者)に係る申告書▽雇用保険受給資格者証の写し(雇用保険受給資格者証はハローワークにて発行されます)  
**申請・問い合わせ** 保険年金課(☎④2822)

## 奨学金制度による支援を行います

市では高校・大学(大学院は除く)・専修学校(修業年限2年以上)などへ進学する人を支援する奨学資金貸与制度があります。

新型コロナウイルス感染症による影響、災害や事故など特別な事由で家計が急変し、学費支出が困難であるなどの事情がある場合は、年度の途中ででも申請が可能です。  
**貸与額** ▽高等学校・高等専

門学校・専修学校高等課程Ⅱ月額2万円以内▽短大・大学・専修学校専門課程Ⅱ月額4万円以内  
**その他** ▽申請に必要な書類は教育総務課にあります▽現在返済している人で、収入が急変し返済が困難な場合には、分割納付などの相談も受け付けています  
**問い合わせ** 教育総務課(☎⑤8211)