

## 新型コロナウイルス感染症に気を付けましょう

新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐには、一人一人の対策が重要です。

**次のいずれかの症状がある方は、すぐにご相談ください**

- ◎息苦しさ(呼吸困難)、強い倦怠感、高熱などの強い症状がある方
- ◎重症化しやすい方(高齢の方、糖尿病・心不全・呼吸器疾患などの基礎疾患がある方、透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤などを服用している方)で、発熱や咳などの軽い風邪の症状がある方
- ◎上記以外の方で、発熱や咳など軽い風邪の症状が続く方
- ※症状が4日以上続く方、解熱剤などを飲み続けなければならない方、強い症状と思う方は、すぐにご相談ください

### 【妊婦の方へ】

念のため、早めに帰国者・接触者相談センターなどにご相談ください



### 【お子様がいる方へ】

帰国者・接触者相談センターや、かかりつけ小児医療機関に電話などでご相談ください



**問い合わせ** 藤沢市保健所 帰国者・接触者相談センター ☎(50)8200(午前9時～午後9時)

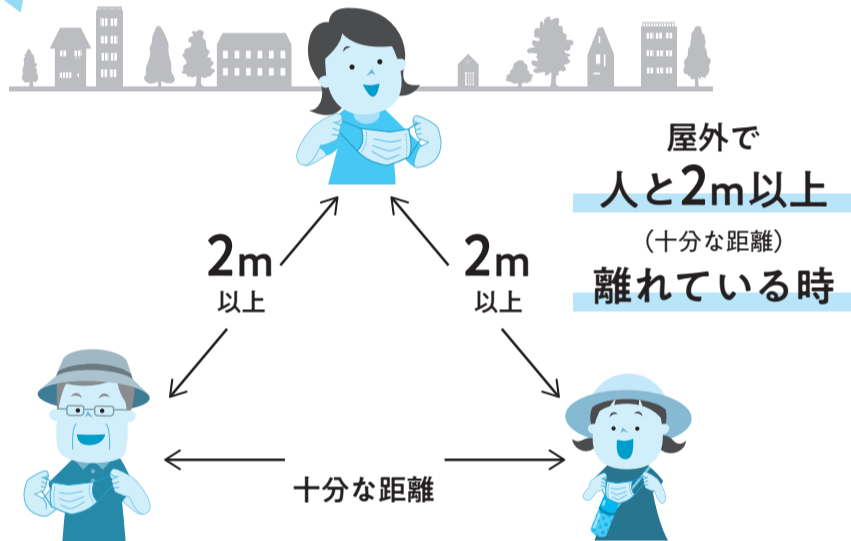
## 注意 マスク着用により、熱中症のリスクが高まります

マスクを着けると皮膚からの熱が逃げにくくなったり、気づかぬうちに脱水になるなど、体温調節がしづらくなってしまいます。暑さを避け、水分をとるなどの「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。



## 熱中症を防ぐために マスクをはずしましょう

ウイルス感染対策は忘れずに!



### マスク着用時は

#### 激しい運動は避けましょう

のどが渴いていなくても  
**こまめに水分補給をしましょう**



マスクをしてると熱中症になりそう...

**気温・湿度が高い時は特に注意しましょう**



### 知っておきたい! 熱中症に関する大切なこと

- ◎熱中症による死亡者の数は真夏日(30℃)から増加します  
…運動は原則中止し、外出はなるべく避けて涼しい室内に移動しましょう
- ◎高齢者の熱中症は半数以上が自宅で発生しています  
…エアコン使用中もこまめに換気をしながら、涼しい室温を保ちましょう
- ◎高齢者・子ども・障がいのある方は熱中症になりやすいので十分に注意しましょう  
…周囲の方からも積極的な声掛けをお願いします

**問い合わせ** 地域保健課新型コロナウイルス感染症対策担当 ☎内線7165、FAX(28)2020

## 国民健康保険料の減免申請のお知らせ

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減少した世帯は、申請により国民健康保険料を減額・免除できる場合があります。

### 対象

新型コロナウイルス感染症の影響により、世帯の主たる生計維持者の事業・不動産・山林・給与のいずれかの収入が前年に比べ10分の3以上減少した世帯(2019年中の所得が0円以下の世帯を除く)ほか

※申請前に市のホームページの保険年金課のページをご覧ください

### 問い合わせ

保険年金課 ☎内線3212、FAX(50)8413

## 特別定額給付金の申請手続きをお忘れなく!

市では、4月27日時点で本市に住民登録をしている方の世帯主宛てに5月末に特別定額給付金の申請書を送付しています。

まだ申請をしていない方は8月31日(月)までに申請してください。

※申請書類を紛失したなどの場合はお問い合わせください

※詳細は市のホームページの新型コロナウイルス感染症のページをご覧ください

### 問い合わせ

市特別定額給付金コールセンター ☎(47)922

2または福祉健康総務課特別定額給付金担当 ☎

(50)8365、FAX(50)8366

