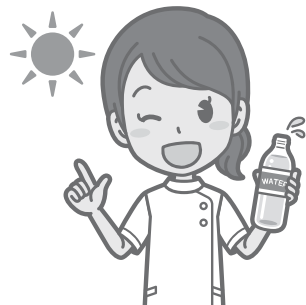


# 熱中症を予防して元気な夏を!

自分で水が飲めなかつたり、脱力感や倦怠感が強く、動けない場合や、けいれんがあるなどの症状を発見された方は、ためらわずに救急車を呼んでください



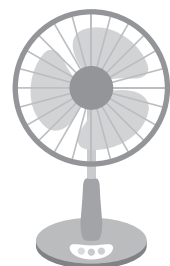
## 熱中症予防のポイント

- 部屋の温度をこまめにチェック!(普段過ごす部屋には温度計を置くことをお奨めします)
- 室温28℃を超えないように、エアコンや扇風機を上手に使いましょう!
- のどが渇いたと感じたら必ず水分補給! ● のどが渇かなくてもこまめに水分補給!
- 外出の際は体をしめつけない涼しい服装で、日よけ対策も! ● 無理をせず、適度に休憩を!
- 日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりを!

## ★ 熱中症かな、と思ったら

### 熱中症の応急手当

- 涼しい場所へ移動し、衣服を緩め、安静に寝かせる
- 室内ではエアコンをつける、扇風機・うちわなどで風をあて、体を冷やす



「消防庁の熱中症対策リーフレット」より抜粋しています。

## 「実践コース パソコン事務科」受講者募集!

### ハートトレーニング ～急がば学べ～

- 募集期間** 令和元年6月27日(木)～令和元年8月15日(木)
- 訓練期間** 令和元年9月10日(火)～令和元年12月9日(月)
- 定員** 15名  
※申込者が定員の半数に満たない場合、訓練を中止することがあります。
- 自己負担額** テキスト代 6,910円(税込)、職場見学先への交通費
- お申込み** 事前にハローワークで職業相談を必ず受けてください。

就職を目指す方のための訓練です。



求職者支援訓練 訓練番号:4-31-30-02-03-0003

■お問合せ 職業訓練法人 中紀技能訓練協会 〒649-1211 和歌山県日高郡日高町荊木310番地 ☎63-1500(担当:東・伊藤)

## 保健福祉課からのお知らせ

### ◆ 重度心身障害児者医療費助成制度の対象者の追加について

8月1日から、重度心身障害児者医療費助成制度に「精神障害者保健福祉手帳1級」をお持ちの方が新たに対象となります。対象者と思われる方には新規申請書をお送りしますので、申請の手続きを行ってください。  
ただし、65歳までに精神障害者保健福祉手帳1級を取得したことがある方に限ります。



### ○ 重度心身障害児者医療費受給者証の更新について

重度心身障害児者医療費受給者証の有効期限は7月末日となっております。7月上旬に更新申請書を受給者の方にお送りしますので、7月中に更新の手続きを行ってください。

### ○ 重度心身障害者福祉手当の認定申請について

重度心身障害者福祉手当の認定期間は7月までとなっております。引き続き受給される方は、手続きが必要になります。現在受給中の方には、申請書をお送りしますので、7月中に認定申請を行ってください。  
また新たに認定要件に該当すると思われる方は、お問合せください。

#### 認定要件

- 身体障害者手帳1級・2級・3級、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳のいずれかをお持ちの方
- 在宅で年収120万円未満の方(18歳以上)

### ○ 障害のある65歳～74歳の方へ ～後期高齢者医療への加入を選択できます～

「65歳以上で一定の障害がある方」は、後期高齢者医療制度に加入することができます。加入を希望される方は、申請が必要です。

#### 以下の方は一定の障害があると認められます。

- ◆ 障害年金1級・2級を受けている方
- ◆ 身体障害者手帳1級・2級・3級をお持ちの方
- ◆ 身体障害者手帳4級をお持ちの方のうち、音声・言語、下肢機能障害の一部などの障害による手帳をお持ちの方
- ◆ 療育手帳Aをお持ちの方
- ◆ 精神障害者保健福祉手帳1級・2級をお持ちの方



■お問合せ 保健福祉課 ☎22-9041