

暑い夏 熱中症にご注意を!



**こまめな水分補給・
適度な休息などで予防**

熱中症は気温や湿度だけでなく、体調などが影響して誰にでも起こる可能性があります。重症化すると死に至る危険があり、特に子どもや高齢者は注意が必要です。熱中症は予防法を知っていれば防ぐことができます。熱中症について正しい知識を身につけ、楽しく夏を過ごしましょう 問 保健予防課感染症対策係 ☎3647-5879、FAX3615-7171

▲正しい知識で万全の対策を(写真は東陽中学校野球部の皆さん)

熱中症になるのはこんな時

- 外の気温や湿度が高い ○熱帯夜やその翌日
- 屋外でのスポーツや労働 ○気温が高い室内での家事や飲酒

予防が大切!

- のどが渇く前にこまめに水分補給。汗をかいたら塩分も
- 温度に気を配る
- エアコンや扇風機を上手に使う
- 帽子や日傘で直射日光を避けて、通気性の良い服装を心がける
- 規則正しい食事で栄養を補給する
- 暑さや疲れ、体調不良を感じたら休息をとる
- 家族、ご近所、職場でお互いを気づかい、声をかけ合う

こんな症状は注意!適切な対応を

- 軽い症状** めまい、立ちくらみ、こむら返り、汗が止まらない
- やや重い症状** 頭痛、吐き気、体がだるい
- 対応方法**
- 涼しい場所へ移動し、衣服をゆるめて安静にする
 - 冷たい水や塩分を補えるスポーツドリンクをゆっくりと飲む
 - 水でぬらしたタオルや冷却剤で、首やわきの下、太ももの付け根を冷やす
 - ※自分で水分・塩分を摂れないとき、症状が改善しないときはすぐに医療機関を受診しましょう

- 重い症状** 高い体温、まっすぐ歩けない、意識が無い、呼びかけに対し返事がおかしい、けいれん
- 対応方法**
- すぐに救急車を要請する
 - 救急車が到着するまでは、涼しい場所へ行き、衣服をゆるめる
 - 体に水をかけたり、濡れタオルをあててあおぐなど、体を冷やす
- 「救急車を呼んだ方がよい?」、「すぐに病院に行った方がよい?」判断に迷いがあるときは、**【#7119】東京消防庁救急相談センター**へ電話を

当日の暑さ情報を入手し対策を

外出前に当日の暑さを調べて対策を行いましょう。また、暑さ指数の予測値および実況値の情報について、環境省ホームページ(HP <http://www.wbgt.env.go.jp/>)からメール配信サービスがご利用になれます。

高齢者は特に注意

区内12か所の猛暑避難場所のご利用を

体温調整の機能が低下した高齢者の方が、暑さを我慢することは大変危険です。区では、高齢者の方を対象に9/30(金)まで、下表の高齢者施設に猛暑避難場所を開設しています。熱中症の予防対策としてご利用ください。

問 長寿応援課長寿応援係 ☎3647-4541、FAX3647-9247

施設名	住所	電話番号	FAX
古石場福祉会館	古石場1-11-11	3641-9531	3641-9531
塩浜福祉会館	塩浜2-5-20	3647-3901	3647-1941
千田福祉会館	千田21-18	3647-0108	3647-0109
東陽福祉会館	東陽6-2-17	3647-8180	3647-8129
亀戸福祉会館	亀戸1-24-6	3685-8208	3683-4851
大島福祉会館	大島4-5-1	3637-2581	3637-2881
東砂福祉会館	東砂7-15-3	3646-0461	3648-9247
深川ふれあいセンター	平野1-2-3	3643-1902	3630-6719
森下ふれあいセンター	森下5-11-1	5624-6030	5624-7300
城東ふれあいセンター	北砂4-20-12	3640-8651	3699-6744
亀戸ふれあいセンター	亀戸9-33-2-101	5609-8822	5609-8821
グランチャ東雲	東雲1-9-46	5548-1992	5548-1995

※利用できる時間は各施設の開館時間に準じます。

児童扶養手当

8月分から第2子・第3子以降の加算額を増額

ひとり親の家庭の負担を軽減するため、8月1日(月)から「児童扶養手当法」の一部が改正され、児童扶養手当の第2子および第3子以降の加算額が左表のとおり増額されます。第2子の加算額は月額5千円から最大で月額1万円に、第3子以降の加算額は月額3千円から最大で月額6千円に増額されます。※増額されるのは8月分からです。

	7月分まで		8月分から	
	子どもが1人の場合	全部支給:42,330円 一部支給:42,320円~9,990円(※)		全部支給:10,000円 一部支給:9,990円~5,000円(※)
子ども2人目の加算額	定額5,000円	全部支給:10,000円 一部支給:9,990円~5,000円(※)		
子ども3人目以降の加算額(1人につき)	定額3,000円	全部支給:6,000円 一部支給:5,990円~3,000円(※)		

※所得に応じて決定されます。

平成29年4月から物価スライド制を導入

物価スライド制とは、物の価格の上がり下がりや表した「全国消費者物価指数」に合わせて支給する額を変える仕組みです。子どもが1人の場合の手当額には、すでに導入していますが、子どもが2人以上の場合の加算額にも導入します。

子育て支援課給付係

☎(3647)4754
FAX(3647)9196

国保「高齢受給者証」7月末までに新証を世帯主に送付 8/1(月)更新

国保加入の70~74歳の方にお渡ししている高齢受給者証は、毎年8月に更新します。新しい高齢受給者証は、7月末までに世帯主あてに送付します。今までお使いのものは、8月以降に裁断して廃棄していただくか、医療保険資格相関係(区役所2階7番)またはお近くの出張所にお返しください。

負担割合が3割の方へ

高齢受給者証の負担割合は「2割(※)」または「3割」です。

高齢受給者証をお持ちで住民税課税標準額が14.5万円以上の方がいる世帯では、負担割合は3割となります。3割負担の世帯でも、平成27年中の収入が下表に該当すれば、申請により2割負担に軽減となります。2割になる可能性のある方には申請書をお送りしましたので、平成27年中の収入の証明となるものを添付し、医療保険資格相関係へ申請してください(申請書が届いた方すべてが認定されるとは限りません)。

高齢受給者証交付対象者数	高齢受給者証交付対象者の総収入金額の合計
1人	383万円未満
2人以上	520万円未満
1人。ただし、特定同一世帯所属者有(注)	520万円未満(特定同一世帯所属者分を含む)

注:特定同一世帯所属者とは、国保から後期高齢者医療制度に加入された同一世帯の方です。

☎(3647)3167
FAX(3647)8443

後期高齢者医療制度

保険証の二斉更新および限度額適用・標準負担額減額認定証の送付

現在お使いの後期高齢者医療被保険者証(保険証)の有効期限は7月31日(日)です。すべの加入者に8月1日(月)からお使いいただく新しい保険証を、7月中旬にオレンジ色の封筒に入れて簡易書留で個別に郵送します。

簡易書留は、ご自宅のポストには投かんせず、郵便局の配達員が直接手渡しします。また、保険証は郵便局の転居・転送サービスによる転送はできませんのでご注意ください。

☎(3647)3167
FAX(3647)8443

限度額適用・標準負担額減額認定証を送付

すでに交付を受けている方

※2割負担の方のうち、昭和19年4月1日以前に生まれた方は、国の特例措置により1割負担となります。

医療保険資格相関係

☎(3647)3167
FAX(3647)8443

認定証提示で1か月の自己負担が限度額までに

認定証を医療機関の窓口で提示することで、保険診療の1か月の自己負担分の支払いが限度額までとなります(支払いが複数の医療機関にわたる場合、それぞれで限度額までの支払いになります)。入院・外来いずれの場合も、ご利用できます。

認定証を利用した場合でも、高額療養費に該当した場合は、後日、高額療養費のお知らせをお送りします。

☎(3647)3168
FAX(3647)8443

高校・大学進学を支援

学習塾等受講料・学校受験料を無利子で貸付 入学すれば返還免除

受験生チャレンジ支援貸付相談窓口では、中学3年生・高校3年生等の受験生がいる世帯に、学習塾・受験対策講座等の受講費用や高校・大学の受験料を無利子で貸し付けています。

- 次のすべてに該当し、中学3年生、高校3年生等のことも(20歳未満)を養育している方
 - 世帯の生計の中心者
 - 世帯収入が一定基準以下である(給与収入・年金収入がある場合は表1、事業所得等がある場合は表2参照)
 - 預貯金等資産の保有額が60万円以下である
 - 土地・建物を所有していない(現在住んでいる住宅土地については除く)
 - 貸付対象者および養育している子どもがともに都内に1年以上居住している
 - 生活保護世帯でない
 - 本資金の連帯保証人になっていない
 - 他の公的資金の返済を滞納していない
- ※その他、連帯保証人等の条件

協働事業提案制度採択事業 「みんなで楽しむコミュニティガーデン講座」

「みんなで楽しむコミュニティガーデン講座」花や緑が好きで、まちなかのみに興味がある方募集!

コミュニティガーデン活動は、ボランティアグループの方々が区内の公共緑地(区立公園の植栽帯など)を花壇として活用し、花やみどりを育て、地域の憩いや交流の場を作る活動です。現在区内で35団体が活動しています。この講座では東陽町駅前の東陽公園の花壇を使ってコミュニティガーデンの基礎等を学びます。実際に花を植える時には公園でイベントも開催しますので、交流を楽しみながら一緒に活動してみませんか。

実施日	内容
9/9(金)	コミュニティガーデン入門
9/30(金)	花壇を見て考えよう
10/14(金)	花壇デザインの基本
11/13(日)	花壇にお花を植えよう
12/9(金)	お手入れの仕方と楽しみ方

※いずれも9:30~11:45(受付9:20)
※各回とも移動を伴います。

☎(3642)5099
FAX(3642)4748

表1 総収入の目安

世帯人数	総収入/給与収入等(年間)	
	一般世帯	ひとり親世帯
1人(単身)	1,797,000円	1,797,000円
2人	2,717,000円	3,018,000円
3人	3,343,000円	3,788,000円
4人	3,864,000円	4,415,000円
5人	4,415,000円	4,832,000円
6人	4,983,000円	5,412,000円

※収入から家賃(一定額)を控除できる場合があります。詳細は窓口へご相談ください。

表2 総所得の目安

世帯人数	総所得/事業所得等(年間)	
	一般世帯	ひとり親世帯
1人(単身)	1,078,000円	1,078,000円
2人	1,722,000円	1,933,000円
3人	2,160,000円	2,850,000円
4人	2,551,000円	2,992,000円
5人	2,992,000円	3,325,000円
6人	3,446,000円	3,789,000円

あり

☎(3647)9663
FAX(3647)9663

「返済の免除」子どもが高校、大学等に入学した場合は貸付金の返済が免除になります。

「受付時間」平日午前9時~正午、午後1時~5時

☎(3647)9660
FAX(3647)9663

東京都知事選挙

投票日 7月31日(日)

投票時間 午前7時～午後8時

今回の選挙は、今後の都政を担う人を決める大切な選挙です。有権者一人ひとりが自覚をもって棄権しないで投票しましょう。

入場整理券の配付

入場整理券は、7月14日(木)から、各人のものを世帯ごとに封書で発送しますので、投票所に行く際には必ずお持ちください。入場整理券が届かない場合や、破損・紛失により投票所が分からない場合は、選挙管理委員会までお問い合わせください。また、江東区外へ引っ越しをされた場合などについては、選挙の詳細を記載した「選挙のお知らせ」を入場整理券に同封しますので、ご覧ください。

期日前投票の手続き

必ずご本人がお越しのうえ、入場整理券(裏面)にある「宣誓書」を記入し提出してください。入場整理券が届いていない場合は、期日前投票所にある宣誓書をご利用ください。

期日前投票の期間・場所

期日前投票所は、9か所(左表)です。期日前投票所によって期間が異なりますのでご注意ください。

不在者投票

候補者の公約、経歴・政見などを知らせていただくために、7月28日(木)までに選挙公報を各戸配布します。区役所・出張所等の公共施設や区内の駅などにも「選挙公報用ポスト」を設置しますので、ご利用ください。

江東区外での不在者投票

江東区外に滞在中の方は、あらかじめ郵便などで投票用紙等を請求し、滞在地の選挙管理委員会へ投票することが出来ます。この場合、手続きに日数がかかります。

期日前投票所一覧

投票期間・時間	場所	
7/15(金)～30(土) 8:30～20:00	江東区役所 2階区民ホール	
7/24(日)～30(土) 8:30～20:00	森下文化センター 2階会議室 (森下3-12-17)	
	富岡区民館 (富岡出張所3階) (富岡1-16-12)	
	豊洲シビックセンター 11階 (豊洲2-2-18)	
	児童会館1階 (住吉1-9-8)	
	カメラアプラザ2階 (電戸2-19-1)	
	総合区民センター 2階 (大島4-5-1)	
	砂町区民館 (砂町出張所3階) (北砂4-7-3)	
	南砂区民館 (南砂出張所4階) (南砂6-8-3)	

りますので、お早めに請求をお願いいたします。

郵便等による不在者投票

身体障害者手帳をお持ちで一定の要件に該当する方、または介護保険の要支援・要介護認定の区分が「要介護5」の方は、自宅などで郵便等による不在者投票ができます。

※各種手続き方法は選挙管理委員会にお問い合わせください。

投票所の変更

改修工事等のため、臨海小↓
深川スポーツセンター、グラ
ンチャ東雲↓Y M C A キャン
コルト保育園、中央学院大学中央
高校↓亀戸南地区集会所に変更
となります。

選挙管理委員会事務局

☎(3647)9091
FAX(3647)9592

突出看板の実態調査を実施

安心して通行できる道に

○減免基準

「**占用面積2㎡以下**」
全額免除

「**占用面積2㎡～5㎡以下**」
2㎡分を免除

「**占用面積5㎡を超える物**」
免除なし

皆さんの共有財産である区道の公平な使用および適正な利用を図るため、今年度から区が委託した調査員による、区道上の突出看板等の実態調査を行います。実態調査とは、調査員が道路上にある占用物件の面積や表示内容の確認、計測や写真撮影など、道路占用物件の把握を行うことを指します。

また広告主を確認するため、調査員が看板についてお伺いすることもあります。正確な調査ができるよう皆様のご協力をお願いいたします。

調査員は身分証明書を携帯

調査員は必ず区の発行する身分証明書を携帯しています。また、区道の占用料金は道路占有者が金融機関を通じて支払うため、区職員が直接徴収したり、調査会社等が徴収したりすることはありません。ご不明な点はお問い合わせください。

道路の占用許可を忘れずに

区道に突出して「看板等」を設置する場合は、設置基準を守ったうえで、道路占用申請を行い、区からの許可を受けることが必要です。お店や会社の看板は、小規模であれば占用料金が全額または一部免除になります。

こうとう若者・女性しごとセンター

こうとう就職チャレンジ 受講生募集

こうとう若者・女性しごとセンター内で働きながら、区内中小企業への就職を目指しませんか。参加期間中は区が事業運営を委託する企業へ契約社員として採用され、給与が支給されます(時給1,100円、交通費別途)。詳しくはお問い合わせ

①7月21日(木)②7月23日(土)

③7月25日(月)午前10時～午後1時(いずれかの回に参加)

④7月27日(水)

飲食店での創業を考えている方へ

「創業支援セミナー」受講生募集

「創業に必要な手続きは?」「創業資金は?」「物件選びのポイント」など、創業にはさまざまな不安や課題があります。飲食店創業経験のある講師から創業の基礎やポイントを実践的に学びます。

①午後1時半～5時半 場産業会館2階第1会議室(東陽4-15-18) ②区内在住・在勤で、両日参加でき、創業を考えている方20人(抽選、7月28日(木)以降結果を通知) ③無料

④創業の基礎、創業計画や資金調達、物件選定ポイント、新規顧客対策、リピート対策等

☎(3647)2332
FAX(3647)8442
e sangyou-k@city.koto.lg.jp

こうとう若者・女性しごとセンター

8月度セミナー 参加者募集

応募書類作成の基本から、印象力をアップさせる面接スタイルまで、内定獲得に向けて押さえておきたいポイントをお伝えします。秋から本格化する就職活動に備えて万全の準備をしましょう!また企業向けセミナーでは、募集から面接までの採用活動を成功させるヒントを紹介します。

時 内 下表のとおり 場 こうとう若者・女性しごとセンター(電戸2-19-1カメラアプラザ9階) 費 無料 申 7/15(金)9:30から電話でこうとう若者・女性しごとセンター【若者・女性対象】☎5836-5160【企業対象】☎5836-5161【共通】FAX3637-2351 HP http://koto-shigoto.jp/

対象	日程	定員(申込順)	テーマ
若者(39歳以下) ※性別不問	8/5(金)13:30～15:30	15人	印象力アップのためのカラー講座(面接スタイル編)
	8/30(火)13:00～17:00	15人	目指せ秋入社!すぐ決めたい人ための就職集中講座
女性	8/4(木)10:00～12:00	15人	自己分析で見つけよう!自己PR・自己紹介のネタ探し講座
	8/10(水)10:00～12:00	15人	女性のための再就職準備講座
	8/12(金)10:00～12:00	10人	求職者のためのOAスキルアップ研修(Word中級編)
	8/24(水)10:00～12:00	10人	求職者のためのOAスキルアップ研修(Excel中級編)
	8/25(木)10:00～12:00	15人	基本からしっかり履歴書・職務経歴書の書き方講座
企業	8/23(火)15:00～17:00	10社/20人	成功へと導く採用のポイント～効果的な募集と採用面接～

※詳細はホームページをご覧ください。

お急ぎください!年金生活者等支援臨時福祉給付金(低所得の高齢者向け)の申請期限は7/15(金)消印有効です。期限を過ぎると支給できません。○江東区臨時福祉給付金コールセンター☎0570-06-9292※通話料がかかります。なお、つながらない場合は☎6832-7732[受付時間]月～金曜の9:00～17:15(祝日は除く)○相談窓口[場所]区役所8階[受付時間]月～金曜の9:00～17:00(祝日は除く)※申請からお支払いまで、1～2か月程度を見込んでいます。

凡例 時日時 場所 集集合 人対象・定員 費用 内容 師講師 保一時保育 締締切日 申申込 問問合先 HPホームページ eメール