

人と接近時はマスクを！

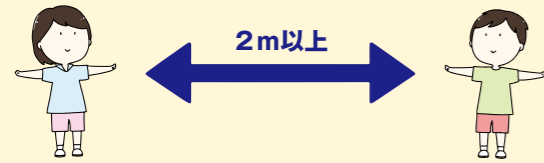
～マスク着用時の熱中症予防ポイント～



新型コロナウイルスを想定して、国が提唱する「感染防止の3つの基本（①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い）」にも示されているように、マスクの着用は「新たな生活様式」の一部です。

これからますます暑くなってくる季節ですが、マスクをしていることでより暑さが増してしまう可能性があります。熱中症など体調管理には気を付けましょう。

屋外で十分な距離が確保できる場合は
マスクを外しても大丈夫



マスクを着用している
ときは強い負担のかか
る作業や運動を避けま
しょう



とまめに
水分を補給しましょう

●のどが渇く前に水分補給



周りに人がいないと
きは、マスクを外して
顔周りにこもった熱を
放出しましょう



※高齢者や子どもは熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。3密（密集・密接・密閉）を避けつつ、周囲の人からも積極的な声かけをお願いします。

6月15日
から 市内小中学校
通常授業開始 「選択登校制」×「ライブ配信」

6月15日からの市立小中学校の通常授業開始に伴い、市立小中学校では、「選択登校制」とするとともに、登校を控える児童・生徒向けに、各教室での授業のライブ配信を行っています。今後、第2波を見据えた活用、不登校や長期入院中の児童・生徒への活用などの検討を行っていきます。

—— 選択登校制とは ——

児童・生徒に発熱の症状などがある場合だけでなく、新型コロナウイルス感染症への不安で登校を控える場合も欠席扱いとせず、登校するか自宅学習とすることを選択することができる制度



(6月17日現在) 市の対応フェーズ「1」

市内の新型コロナウイルス感染症状況を踏まえ、6月15日に市の対応フェーズを「1」に移行しました。しかし、国内ではいまだに感染者が毎日のように確認されています。今後、第2波を防ぐためにも、新たな生活様式を確立していきましょう。

対応フェーズ1の内容

【国内で感染者が多数発生している場合】

市役所	感染予防対策を講じた上で、開庁（各種手続きは平常通り）
公共施設	感染予防対策を講じた上で、開館（市ホームページ掲載）
市立学校園	感染予防対策を講じた上で、通常登校園
留守家庭児童会	感染予防対策を講じた上で、通常運営
市立保育所	感染予防対策を講じた上で、通常保育 ※民間保育園などについても同様の対応
市民	密閉・密集・密接を避ける行動
各種団体	感染予防対策を講じた上での活動を要請
市民周知	市ホームページ、メールねやがわでお知らせ

※状況に応じて、フェーズの移行や内容を変更する場合があります。

市の対応フェーズ移行に伴い 公共施設が再開！

6月15日から



こどもセンター



キッズ・スマイル・パーク
(リラット)

6月1日から



市立図書館



市民体育館



自転車の駅

その他の公共施設についても感染予防対策を講じた上で再開しています。一部利用制限などがある場合があります。詳しくは市ホームページ（右QRコード）又は各施設に問い合わせてください。



市独自!! 個人市・府民税の減免

☎ 市民税担当 (☎813・1114)

新型コロナウイルス感染症の影響で離職した人の令和2年度課税分の市・府民税を減免します。

対象

次の全てに該当する人

- 令和2年3月1日～5月31日に次のいずれかの理由で離職した
 - 事業の縮小又は休業に伴う人員整理
 - 事業所の休業による賃金低下など
 - 休校・休園などによる保育や介護
- 離職前に継続した3か月以上の雇用期間がある
- 現在も失業状態が継続している
- 前年(令和元年)の合計所得金額が600万円(給与所得のみの場合、年収800万円)以下である



申請

納期限までに直接窓口又は郵送で市民税担当(〒572-8555本町1番1号)

税目	納期限	第1期	第2期	第3期	第4期
市民税・府民税		6月30日	8月31日	10月31日	12月25日

※①各納期限を過ぎての申請は残りの納期分の税額のみ対象となります
 ※②必要書類など詳しくは問い合わせください。

国民健康保険料・後期高齢者医療保険料の減免
介護保険料の減免☎ 徴収・納付担当 (☎813・1189)
☎ 高齢介護室 (☎838・0518)

対象

次の①～③のいずれかに該当する世帯

- ①主たる生計維持者が新型コロナウイルスに感染し、死亡又は重篤な傷病になった世帯
- ②新型コロナウイルス感染症の影響で、主たる生計維持者の事業などが廃止又は失業した世帯
- ③新型コロナウイルス感染症の影響で、主たる生計維持者の事業収入や不動産収入、山林収入、給与収入の減少が見込まれる世帯

※詳しくは市ホームページ「徴収・納付担当」「高齢介護室」又は問い合わせください。

減免額

- ①②…全額免除
- ③…前年の合計所得金額などによって変わります。詳しくは問い合わせください。

期間

令和2年2月1日～令和3年3月31日納期分

申請

国民健康保険料・後期高齢者医療保険料…直接窓口又は郵送で徴収・納付担当(〒572-8555本町1番1号)

介護保険料…直接窓口又は郵送で高齢介護室(〒572-0036池田西町24番5号)

※必要書類など詳しくは問い合わせください。

住居確保給付金の支給要件などの緩和

☎ 保護課 (☎838・0347)

新型コロナウイルス感染症の影響で生活が困窮した人への住居確保給付金の支給要件を緩和します。住居確保給付金について詳しくは28ページを見てください。

相談・申請

電話で市社会福祉協議会(☎812・2040)

寝屋川市 第2弾

市民生活緊急支援

新型コロナに負けないために!!

今後の新型コロナウイルスとの共存・共生に向けた「With コロナ」に対応するための取り組みとして、総額19.3億円規模となる「緊急支援パッケージ(第2弾)」を策定し、暮らしを支えるための更なる支援を実施するとともに、本格的な活動再開を見据えた感染症に負けない環境整備を進めます。

市民生活を支える

注目!

市独自!!

水道料金(基本料金)2か月分免除

全世帯対象

自宅待機の2か月分

☎ 経営総務課 (☎824・1177)

水道料金のうち、基本料金の全額を2か月分免除します。

※下水道使用料は対象になりません。

対象期間

- 奇数月検針の場合
7月検針分(5月・6月の基本料金)
- 偶数月検針の場合
8月検針分(6月・7月の基本料金)



注目!

市独自!!

妊婦特別支援給付金

妊婦さんを応援

☎ 子育て支援課 (☎838・0374)

令和2年4月28日時点の妊婦の方に5万円を支給します。

対象

次の全てに該当する人

- 令和2年4月27日時点で本市の住民基本台帳に登録されている
- 令和2年4月28日時点で妊娠中(在胎週数4週0日以降又は4月28日以降に出産した人)

申請

市から送付された申請書と必要書類を8月31日(月)=消印有効=までに郵送



問い合わせ一覧

給付金や貸し付けにはほかにも要件がある場合があります。詳しくはホームページなどで確認してください。

給付金など	すべての人に支給 (10万円給付)	特別定額給付金 4月27日時点で市に住民登録がある全ての人に1人当たり10万円の支給。	特別定額給付金 コールセンター ☎0570-000-297
	収入が減り家賃が払えない	住居確保給付金 休業や離職などにより収入が減少し、住宅を失うおそれがある(失った)場合に支給。	保護課 ☎838-0347 ※相談・申請は社会福祉協議会☎812-2040
	休業・失業などで家計が維持できない	緊急小口資金・総合支援資金 収入の減少や失業などにより生活に困窮し、日常生活の維持が困難となっているときの貸し付け。	社会福祉協議会 ☎812-2040
	ひとり親家庭で収入が減り生活が苦しい	母子父子寡婦福祉資金貸付金の生活資金の貸付 就業収入が減少している場合、月額105,000円を上限に貸し付けを受けることができます。	子どもを守る課 ☎838-0155
相談	どこに電話すればいいかわからない	問い合わせ先が分からないときに電話してください。	総合案内ダイヤル ☎824-1155
	感染したかもしれない	新型コロナウイルス感染症の疑いがあるときに電話してください。	新型コロナ受診相談センター ☎829-8455
	不審な電話で個人情報を知られた	新型コロナウイルス感染症に便乗した詐欺や悪質商法に関する相談に応じます。	消費者ホットライン ☎188 市消費生活センター ☎828-0397
	特別定額給付金に関する怪しい電話があった	特別定額給付金に便乗した詐欺の可能性があります。	新型コロナウイルス給付金関連 消費者ホットライン ☎0120-219-188
	【事業者】経営の相談をしたい	企業での実務経験や支援機関での業務経験を持った経営支援アドバイザーに相談できます。(予約制)	産業振興室 ☎828-0751
	いじめに悩んでいる	子どもからの悩み相談に24時間365日応じます。	府子どもの悩み相談フリーダイヤル ☎0120-7285-25
	健康相談をしたい・情報がほしい	感染の疑いがあるとき以外の健康相談に応じます。	大阪府 府民向け相談窓口 ☎06-6944-8197

ウイルスとの共存・共生に向けた「With コロナ」への対応

注目!

小・中学生に1人1台タブレットパソコン

☎ 教育指導課 (☎813-0071)



児童・生徒への「1人1台タブレット端末」の実現を図る「GIGAスクール構想」を加速し、災害時のオンライン学習や各家庭での調べ学習などでのICT(情報通信技術)の活用により、全ての子どもたちの学びを保障する環境を整備します。

市独自!!

市立小・中学校に体温測定用サーモグラフィ・市立学校園及び市内保育所などに非接触型体温計の配備

☎ 保育課 (☎812-2552)
学務課 (☎813-0072)

児童・生徒などの体温を迅速かつ効果的に確認するため、市立小・中学校にハンディー型体温測定用サーモグラフィを、市立学校園などに非接触型体温計を配備します。

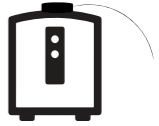


市独自!!

市立小・中学校などへの次亜塩素酸水生成器の設置

☎ 学務課 (☎813-0072)
障害福祉課 (☎838-0382)
市民活動振興室 (☎825-2120)

除菌効果がある次亜塩素酸水の生成器を市立小・中学校などに設置し、感染防止対策を強化します。



市独自!!

避難所における感染防止対策

☎ 防災課 (☎825-2194)

避難時における感染拡大を防止するため、避難所に設置できるテントを購入します。



市立学校園の安全・安心な健康診断の実施(防護具の配備)

☎ 学務課 (☎813-0072)

健康診断時の感染症対策として、市立学校園に防護具を配備します。



市独自!!

各種証明書交付手数料の免除

☎ 市民生活担当 (☎824-1570)

新型コロナウイルス感染症に関わる各種支援制度などの手続きに必要な住民票や戸籍に関する各種証明書の交付手数料を免除します。

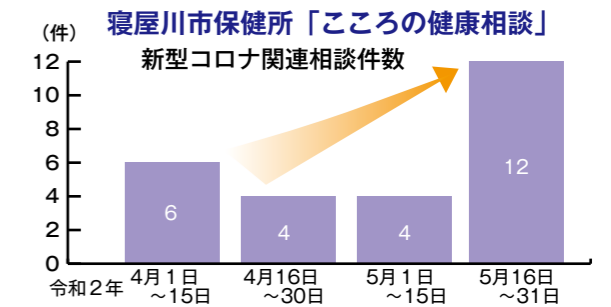
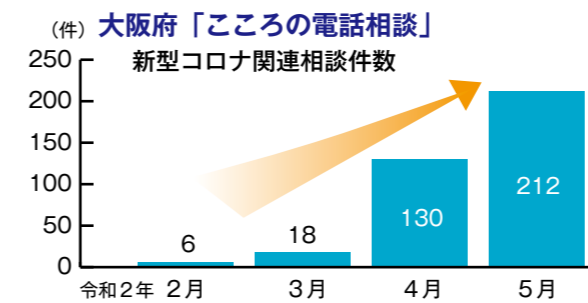
¥0
FREE

一人で悩んでいませんか？

「ねえ、保健所に相談してみたら？」

新型コロナウイルスの感染拡大による外出自粛や社会的距離の確保など、これまでにない新しい生活様式が求められています。慣れない生活スタイルからストレスが積み重なり、「コロナうつ」という言葉も出てきています。

保健所すこやかステーションでは、こころの健康に関する相談を行っています。人は「想定外」のことが起こるとストレスを感じ、ストレスがたまると体調面などにいろいろな症状が現れます。これは誰にでも起こり得ることです。「新型コロナに感染しないか不安で眠れない」「テレビの報道を見て不安でたまらない」など、こころの不調を少しでも感じたら、まずは相談してください。



保健所の保健師・
精神保健福祉士による

ワンポイントアドバイス

信頼できる人と
話そう！

信頼できる人と話すと、気持ちが楽になります。遠方の家族や友達とのメールや電話、同居する家族との関わりを大切にしましょう。



健康的な
生活習慣を！

健康管理をしっかりすることで、病気になるリスクを下げることができます。食事や睡眠を十分にとり、運動を適度に行いましょう。



事実を確認、
でも、見過ぎない！

新型コロナウイルスについてのニュースには過剰に不安をあおるような内容もあります。自分や家族が見たり聞いたりする時間を減らすことで、不安や興奮を抑えましょう。



——次のような心とからだの変化はありませんか？——

気持ちの変化

- 不安や緊張が強い
- イライラする
- 気分の浮き沈みが激しい
- 涙もろくなる など



からだの変化

- 疲れやすい
- 吐き気
- 食欲不振・過食
- 眠れない・悪夢、同じ夢をくり返し見る など



考え方の変化

- 考えがまとまらない
- 同じことを繰り返し考える
- 記憶力が低下するなど



※子どもでは上記に加えて「大人にしがみつく」「よく泣く」「おもらし」「わがままになる」などのいわゆる赤ちゃん返りが見られる場合があります。

ひとりで抱え込まずに、
相談はこすすす
相談してください。

こころの不調を感じたら… すぐに相談！

保健所すこやかステーション
保健予防課

保健師などがサポートします。

「こころの健康相談」

☎072・812・2362

平日 午前9時～午後5時30分、祝日除く

大阪府こころの健康総合センター

「こころの電話相談」

☎06・6607・8814

平日 午前9時30分～午後5時、祝日除く

新型コロナウイルス関連以外の相談も受け付けています。

暴力(DV)被害に悩んだら

外出自粛や休業などが続き、生活不安やストレスにより配偶者などからの暴力(DV)の増加や深刻化が懸念されています。DVは、重大な人権侵害であり、いかなる状況にあっても、決して許されるものではありません。不安を感じたら、一人で悩まず相談してください。

人権・男女共同参画課

☎825・2168

平日 午前9時～午後5時30分、祝日を除く

不当な差別や偏見をなくしましょう

感染者や濃厚接触者、感染した人の治療にあたって医療関係者やその家族がいわれのない差別を受けたという事例が発生しています。新型コロナウイルス感染症は誰でも感染するリスクがあります。こういった差別や偏見は絶対に許されるものではありません。公的機関が提供する正確な情報を入手し、引き続き冷静な行動に努めましょう。

みんなの人権110番

(全国共通人権相談ダイヤル)

☎0570・003・110

平日 午前8時30分～午後5時15分、祝日を除く

子どもとの関係に悩んだら

学校や保育所の休校などの生活環境の変化などで、知らず知らずのうちにストレスを抱えていませんか。ストレスから子どもに強く当たってしまったり、ふさぎ込んでしまったりすることがあるかもしれません。子どもとの関わり方に悩んだとき、虐待をしてしまいそうときは迷わず相談してください。秘密は厳守します。

こどもを守る課

子どもに関する相談

☎838・0181

児童虐待についての相談

☎838・0466

いずれも平日 午前9時～午後5時30分、祝日除く

臨床心理士がサポートします

秘密は厳守します

休日・夜間で急を要する相談

児童相談所
虐待対応ダイヤル

☎189 (いちはやく)

24時間 365日