



広報

うじ

withコロナ社会の 防災を考える

INDEX [もくじ]

- 02 with コロナ社会の防災を考える
- 04 新型コロナウイルス感染症対策に関するお知らせ
- 06 胃がん、結核・肺がん検(健)診が始まります
- 08 特定健康診査・がん検診等が始まります



新型コロナウイルス感染症 に関する情報を掲載しています

本誌「広報うじ」に掲載している情報は6月16日時点の情報です。最新の情報は、市ホームページで確認してください。

- 04ページ 「新しい生活様式」における熱中症予防行動
- 05ページ 特別定額給付金の申請受け付け 等

◎特別定額給付金を支給します

申請受け付けは8月31日(月)までです(期日を過ぎると支給対象外)。
 申請方法等、詳しくは市から郵送した申請書類または市ホームページで確認してください。
 問 専用コールセンター (☎0120-74-0774 <フリーダイヤル>)



withコロナ社会の 防災を考える

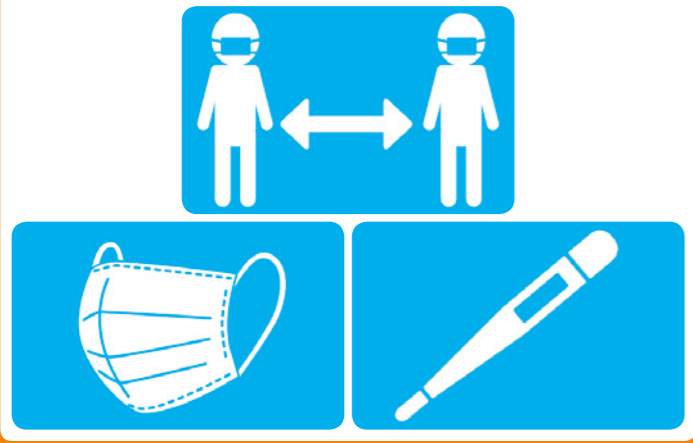
例年、梅雨から秋にかけて台風、豪雨など風水害が多く発生する時期です。
新型コロナウイルス感染症への警戒が続く状況においても、
自然災害の発生に備えておく必要があります。
改めて、新型コロナウイルス感染症と共存する社会、
すなわち with コロナ社会における防災について、考えてみませんか。

閻危機管理室 (☎39-9421)

避難先(知人宅等や避難所)での感染防止対策は万全に!

「密閉」「密集」「密接」の3密の条件がそろう場所が、クラスター発生のリスクが高くなります。下記の点等に気を付け、3密を避けましょう。

- 人と人の間隔をあける(ソーシャルディスタンス)
- マスクを着用する
- 手洗い・消毒をこまめにする(特に手すりやドアといった共用部分に触れた時等は手洗いをする)
- せきやくしゃみをする際には、ティッシュやハンカチを使って口や鼻をおさえる
- こまめに窓を開けて換気する ●体温を測定する
- 発熱やせき、強いだるさ等、体調に異変を感じた時にはすぐに申し出る 等



(4)日々の健康を保ちましょう

適度な運動をする、しっかりと栄養を取る等、感染症に感染しないよう、自身の体調管理に気を付けましょう。
なお、次のいずれかの症状がある場合は、「帰国者・接触者相談センター」(連絡先等は5ページに掲載)にすぐに相談してください。
●息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)、高熱等の強い症状のいずれかがある
●重症化しやすい人[※]で、発熱や咳等の比較的軽い風邪の症状がある

ハザードマップの活用

どんな災害でも「日ごろの備え」が大切です。今一度、自宅が安全な場所か、そうでない場合はどこに避難をするのか等、ハザードマップを確認し、平常時の事前準備、災害時の対応を考えましょう。ハザードマップは、「宇治市くらしの便利帳2018」(平成30年10月頃に市内全戸に配布)に掲載しています。



市ホームページにも掲載しています。

毎月1日号の16ページに
防災コラムを掲載しています。
ぜひご覧ください。

今号は避難情報・警戒レベル
について掲載しています。



おうじやま ちはや姫

災害時の情報の入手方法

自分に合った方法で入手出来るよう、事前に確認しておきましょう。

《主な入手方法》

- NHK テレビのデジタル放送(リモコンのdデータ連動ボタンから)
- FM うじらジオ放送(88.8MHz)
- 携帯電話の緊急速報メール、エリアメール(登録不要)
- 府防災・防犯情報メール(登録者のみ) ☎ anzen@k-anshin.pref.kyoto.jp
登録方法:空メールを送り、返信メールに記載アドレスへアクセス→登録
- 市ホームページや、市フェイスブック
- 広報車による巡回広報
- 市職員、消防団員による呼びかけ

「日ごろの備え」で 知っておきたい4つのポイント

①避難先を考えましょう

「避難」とは「難」を避けることです。小中学校等の避難所に行くことだけが避難ではありません。
また、避難所での3密(密閉・密集・密接)を避けるために、在宅避難や親戚・知人宅への避難も視野に入れましょう。

②避難先が安全か確認しましょう

ハザードマップ等を利用して、避難先(自宅や親戚・知人宅等)の安全性を確認しましょう。



令和元年度に小倉小学校で実施した避難所設営訓練の様子

③感染症対策グッズを備えましょう

普段、生活するうえで「なくてはならないもの」に加えて、マスク、消毒液、体温計等の感染症対策グッズを準備しておきましょう。

非常用持ち出し品例

●避難するときに必ず持ち出すもの

- 感染症対策グッズ ・貴重品
- 非常食品(火を通さなくても食べられるもの、ミネラルウォーター等)
- 応急医療品 ・照明器具
- 携帯ラジオ ・衣類(タオル含む)
- その他(常備薬、歯ブラシ等の身のまわりの清潔品、筆記具、スリッパ、レジャーシート等)

●災害復旧までの数日間を自給出来るように家に備蓄しておくもの

- 水(飲料水は1人1日3リットルが目安)
- 食料品(米、缶詰、レトルト食品等、調理器具も準備)
- 燃料(卓上コンロ等)



新型コロナウイルス感染症の感染に関する相談

息苦しさや強いだるさ、高熱等の強い症状がある場合はすぐに、発熱や咳等、比較的軽い風邪の症状が4日以上続く場合は、必ず相談してください(高齢者や呼吸器疾患等の基礎疾患がある人等は、発熱や咳等の比較的軽い風邪の症状があれば、すぐに相談してください)。

●帰国者・接触者相談センター

* 府山城北保健所 ☎21-2911 ☎24-6215

《受付時間》平日 午前8時半～午後5時15分

上記時間外や、外国語での対応を希望する場合は、下記の府健康対策課に相談してください。

* 府健康対策課 ☎075-414-4726

《受付時間》平日、土・日曜日、祝日 24時間対応

●一般的な相談窓口

厚生労働省電話相談窓口

☎0120-565653 (フリーダイヤル)

《受付時間》午前9時～午後9時(土・日曜日、祝日も対応)

●予防方法等に関すること

健康生きがい課 ☎20-8793 ☎21-0406

《受付時間》平日 午前8時半～午後5時15分

くらしの資金夏期貸付事業

失業や病気・事故、新型コロナウイルスの影響等で生活にお困りの世帯に、生活資金の貸付を行います。

《対象》次の全てを満たす世帯◎2年7月1日現在、市に住民登録があり、6カ月以上在住している◎収入が生活保護(生活扶助)基準の1.8倍以下◎原則、夏期ボーナスが10万円を超えない世帯◎生活保護及び中国残留邦人等に対する支援給付を受給していない◎既にこの資金の貸付を受けている世帯は、貸付額の半額以上を返済している 《貸付金額》10万円以内(既にこの資金の貸付を受けている場合は10万円から未返済の額を除いた金額) 《貸付条件》無利子、無担保 《返済方法》4カ月間の据置後、最長20回月賦で返済 申込書類に世帯主の振込先口座(ゆうちょ銀行に限る)を確認出来る書類を添え、7月1日(水)～31日(金)(必着)に、原則、郵送で、社会福祉協議会(☎22-5650)へ。まずは、問い合わせてください。

特別定額給付金の申請受け付けは8月31日(月)まで

申請方法等は、市から郵送した申請書類等で確認のうえ、申請してください。申請期限は8月31日(月)までです。期日を過ぎると支給対象外となるため、注意してください。なお、支給は順次行っていますので、今しばらくお待ちください。

●専用コールセンター・専用相談窓口

感染拡大防止の観点から、給付金に関する問い合わせは、電話でお願いします。専用コールセンター・専用相談窓口は、相談者が集中する時間帯にはお待たせする場合がありますのでご了承ください。なお、申請手続きは郵送で行い、申請を目的とした来庁はご遠慮ください。

* 専用コールセンター ☎0120-74-0774 (フリーダイヤル)

《受付時間》平日 午前9時～午後5時

* 専用相談窓口 《場所》市役所1階市民交流ロビー

《受付時間》平日 午前9時～午後5時

※総務省でも特別定額給付金についてのコールセンターを設置しています。☎0120-260020 (フリーダイヤル)

《受付時間》午前9時～午後8時

総合案内窓口と支援等のしおり

●総合案内窓口

支援策全体の紹介や概要の説明を行い、申請等の担当課を案内しています。

《場所》市役所1階市民交流ロビー

《受付時間》平日 午前9時～午後5時

●支援等のしおり

各種支援策一覧をとりまとめたしおりを配布しています。

《配布場所》総合案内窓口及び市役所各課窓口

※市ホームページから印刷も出来ます。

緊急小口資金・総合支援資金の特例貸付

特例貸付の申し込み期限を、9月30日(水)まで延長します。

☎社会福祉協議会(☎22-5650)

新型コロナウイルス感染症対策

市では、市民の皆さんの生命と健康・安全を守ることを第一に、感染拡大の防止と市内経済と市民生活への影響を最小限にとどめるよう、引き続き国や京都府と連携し全力をあげて取り組んでいきます。市民の皆さんのご理解とご協力をお願いします。

☎新型コロナウイルス感染症対策本部(☎22-3141)

「新しい生活様式」における熱中症予防行動

新型コロナウイルス感染症対策として、①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いや、「3密(密閉・密集・密接)」を避ける等の「新しい生活様式」(詳細は6月15日号市政だよりで掲載)を取り入れるよう、皆さんにご協力をお願いしているところですが、同生活様式を進めていくうえでの熱中症予防行動のポイントを紹介します。例年よりも一層、熱中症にも注意しましょう。

◎暑さを避けましょう

- ・エアコンを利用する等、部屋の温度を調整
- ・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整
- ・暑い日や時間帯は無理をしない
- ・涼しい服装にする
- ・急に暑くなった日等は特に注意する



◎こまめに水分補給しましょう

- ・のどが渇く前に水分補給
- ・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



◎日頃から健康管理をしましょう

- ・日頃から体温測定、健康チェック
- ・体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養



◎暑さに備えた体作りをしましょう

- ・暑くなり始めの時期から適度に運動を
- ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
- ・「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



「『新しい生活様式』における熱中症予防行動のポイントをまとめました」(厚生労働省) (https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_coronanettyuu.html) をもとに秘書広報課が作成

協力医療機関

- 医療機関は変更になることがありますが、事前に各医療機関へ確認してください。
- 診療時間等は、各医療機関へ。
- 城陽市・久御山町の協力医療機関でも受診出来ます。



受診の際の注意事項

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、ご理解・ご協力をお願いします。

- マスクを着用してください。
- 以下に該当する人は、健（検）診の受診が出来ない場合があります。受診前に各医療機関へ相談してください。

いわゆる風邪症状が持続している／2週間以内に発熱した／咳／呼吸困難／全身倦怠感／咽頭痛／鼻汁・鼻閉／頭痛／関節・筋肉痛／下痢・嘔気・嘔吐／味覚障害・嗅覚障害／2週間以内に法務省・厚生労働省が定める諸外国への渡航歴がある（及びこれに該当する人と家庭や職場内等で接触歴がある）／2週間以内に新型コロナウイルス感染症の患者やその疑いがある患者との接触歴がある／新型コロナウイルス感染症の患者に濃厚接触の可能性があり、待機期間内である等

6月に対象者へ送付しました

乳がん・子宮頸がん検診の無料クーポン券、肝炎ウイルス検診の個別案内

問健康生きがい課 ☎20-8793

対象者で、4月21日以降に転入した人は、同課に問い合わせてください。

● 乳がん検診・子宮頸がん検診の無料クーポン券

無料クーポン券を持って、協力医療機関で受診してください。

《対象》4月20日現在、市に住民登録があり、次の条件に該当する女性

◎乳がん検診

・40歳（昭和54年4月2日～昭和55年4月1日生）

◎子宮頸がん検診

・20歳（平成11年4月2日～平成12年4月1日生）

《有効期限》7月1日（水）～12月28日（月）

● 肝炎ウイルス検診の個別案内

《対象》今までに受診したことがなく、4月20日現在、市に住民登録があり、次の条件に該当する人

- ・40歳（昭和54年4月2日～昭和55年4月1日生）
- ・50歳（昭和44年4月2日～昭和45年4月1日生）
- ・60歳（昭和34年4月2日～昭和35年4月1日生）

《有効期限》7月1日（水）～10月31日（土）

文化センター7月宇治シネマ劇場

「樹木希林」を生きる

樹木希林さんの晩年の日々を追う珠玉のドキュメンタリー作品です。

時 7月11日（土）◎午前10時半～（開場は午前10時）

◎午後2時～（開場は午後1時半）

所 文化センター大ホール

料 ◎前売券=800円◎当日券=千円（全席自由）

他 4月の振替上映です（既購入チケット利用可）。新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、座席制限・途中休憩を行います。

《チケットは下記プレイガイドで発売中》

文化センター、市観光センター、市観光案内所（JR宇治駅前・近鉄大久保駅構内）、市内各コミュニティセンター、アル・プラザ宇治東、ケイ・ネット平和堂京田辺店

※文化センターホームページからも購入出来ます。

問 文化センター ☎39-9333



©NHK

植物公園 観蓮会

ハスが開花し見頃を迎える時期に通常より2時間早い午前7時から開園します。

時 7月11日（土）・12日（日）
午前7時～午後5時（入園は午後4時まで）

料 要入園料

他 新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、「象鼻杯」「蓮茶の呈茶」「ヨガ」「案内」などは実施しません。

問 植物公園 ☎39-9387

地域	医療機関名	電話番号
明星町	いかだ医院	23・1736
菟道	原田内科医院	33・3411
	土井内科	23・5839
	大石三室戸医院	24・1885
五ヶ庄	上田診療所	24・0306
	いしだ医院	22・7586
平尾台	宇治病院	20・7711
	かどさか内科クリニック	32・6000
木幡	今井内科クリニック	33・2828
	藤井医院	31・8355
六地藏	藤井おうばく駅前内科クリニック	31・2477
	中田医院	38・2477
上口院	今井内科クリニック	31・5189
	かどさか内科クリニック	31・1077
小田部小児科内科医院	八田医院	31・8902
	中西整形外科クリニック	38・2559
上口院	小田部小児科内科医院	31・5455
	こう内科クリニック	32・1457
上口院	大石木幡医院	33・0306
	大石医院	31・8354
上口院	六地藏総合病院	33・1717
	米田医院	33・4737
上口院	ほそだ内科クリニック	38・2211
	中村医院	31・5237
上口院	じんのクリニック	31・1122
	上口院	38・2128
上口院	小田部小児科内科医院	32・6205
	医療機関名	電話番号

地域	医療機関名	電話番号
宇治	宇田医院	23・2166
	スワ診療所	22・5068
宇治	田中診療所	21・2253
	服部医院	22・1111
宇治	べつが内科クリニック	66・1024
	増井医院	21・2063
宇治	村澤医院	21・1731
	宇治武田病院	25・2072
宇治	都倉病院	22・4521
	とだ循環器内科クリニック	66・5148
宇治	南陵藤井内科	77・8370
	こいずみ医院	48・1240
宇治	中村医院	41・6500
	京都ゆうづの里診療所	28・1895
宇治	関医院	20・0012
	あづま整形・形成外科クリニック	43・5101
宇治	高橋内科医院	44・0644
	竹中内科医院	41・6259
宇治	徳岡医院	43・8952
	なかうち泌尿器科クリニック	45・5600
宇治	村山医院	41・2835
	京都工場保健会宇治支所	0120・823053
宇治	浅妻医院	44・0888
	おやいづ医院	41・6013
宇治	このクリニック	66・1180
	広田医院	43・0218
宇治	あさくら診療所	46・5151
	上ノ山吉岡医院	43・4181
宇治	小山内科医院	46・3211
	松田医院	44・7064
宇治	中村医院	44・8111
	医療機関名 <td>電話番号</td>	電話番号

地域	医療機関名	電話番号
小倉町	宇治徳洲会病院	21・2507
	曾我産婦人科	20・1111
小倉町	都倉病院	22・4521
	宇治武田病院	25・2072
小倉町	あべじゅん婦人科	46・8639
	宇治病院	32・6000
小倉町	医療機関名 <td>電話番号 </td>	電話番号
	乳がん	子宮頸がん

乳がん・子宮頸がん検診 協力医療機関

地域	医療機関名	電話番号
小倉町	いわけ内科クリニック	22・7883
	中山医院	23・8010
小倉町	宇治徳洲会病院	20・1111
	今林医院	21・4522
小倉町	植田医院	21・6111
	岡田医院	24・7755
小倉町	笹平診療所	21・4523
	完岡医院	21・2507
小倉町	高嶋医院	23・5513
	西尾医院	23・8511
小倉町	二宮内科医院	28・3101
	鉢嶺医院	20・0255
小倉町	松田整形外科医院	21・4628
	宮本医院	21・3934
小倉町	山村内科	21・4331
	宇治川病院	22・1335
小倉町	医療機関名 <td>電話番号 </td>	電話番号
	乳がん	子宮頸がん

市営住宅の入居者を募集します

問住宅課 ☎20-8740

家賃等、詳しくは、募集案内書を確認してください。
家賃の他に共益費、入居時に敷金(家賃3カ月分)が必要です。

●募集する市営住宅 <一般>

神明宮西市営住宅	3DK	1戸
神明宮東市営住宅	3DK	2戸
槇島吹前市営住宅	3DK	2戸
大久保旦棕市営住宅	3DK	2戸

●入居時期



●応募資格

- 次の全ての要件を満たす人
- ①市内在住で、住宅の確保に困っている
 - ②同居親族か同居しようとする親族(事実上婚姻と同様の関係にある人及び婚約者を含む)がいる(単身者は不可)
 - ③基準収入額(同居親族数等で異なる)以内である
 - ④入居に当たり、2人の連帯保証人がいる
 - ⑤「暴力団員による不当な行為の防止等に関する法律」第2条第6号に規定する暴力団員でない
- 申し込み 7月21日(火)まで(必着)に、郵送で同課へ。募集案内書は市ホームページから印刷も出来る他、必要に応じて郵送します。

みんなで創る文化の祭典 ～市民文化芸術祭参加者募集～

問市芸術文化協会事務局 ☎22-6070

市民の創造的な文化芸術活動の発表の場として、展示や舞台など様々な発表を行います。参加費等、詳しくは、募集要項を確認してください。

- とき 10月24日(土)・25日(日)
※新型コロナウイルス感染症の状況により変更の可能性あり
 - ところ 中央公民館・文化センター
 - 内容 次のとおり
- 《展示の部》書道・てまり・手工芸・木工芸・陶芸など
《舞台の部》バレエ・日舞・洋舞・吟詠・謡曲・民謡・三曲・合奏・大正琴など
- 参加資格 市内在住・在勤・在学の人、または市内を拠点に活動する団体やサークル(3分の2以上が市民で構成されていること)。舞台の部は原則5人以上。
※実行委員会の一員として会議への参加、準備や運営への協力が必要
※7月29日(水)午後7時から生涯学習センターで行う総会への出席が必要
 - 申し込み 申込書を、7月8日(水)まで(消印有効)に、郵送かEメールで同事務局(〒611-0023 折居台1-1文化センター内 jimukyoku@uji-geibunkyou.jp)へ。申込書は同センターにある他、市ホームページから印刷も出来ます。

(仮称)お茶と宇治のまち歴史公園に新しくオープンする施設の 愛称募集!

問歴史まちづくり推進課 ☎21-1602



宇治の歴史・文化や宇治茶の魅力を情報発信する施設を、来年6月、京阪宇治駅西側に開園を目指し、整備しています。

市民の皆さんに広く親しまれるとともに、にぎわいを取り戻すきっかけに繋がるよう、施設の愛称を募集します。

詳しくは、応募用紙を確認してください。応募用紙は同課及び市内の各公共施設に配架している他、市ホームページから印刷も出来ます。

申応募用紙を、7月22日(水)午後5時まで(必着)に、郵送・ファクス・Eメール・「市民の声」投書箱か同課窓口へ。

☎21-0400
✉taiko-rekishikoen@city.uji.kyoto.jp

申し込みは
7月22日(水)
午後5時必着!!

子育て応援コーナー

子育てに関する旬な情報をお伝えします。子育て情報誌・LINEでも情報を発信しています。併せてご確認ください。

LINE 宇治市の子育て支援に関する情報をお届けするLINE公式アカウントです。QRコードをスマートフォン等で読み込んでください。



来月の健康診査・相談など 問保健推進課 ☎20-8728

新型コロナウイルス感染症対策として、乳幼児健診や乳幼児相談、パパママ教室など、中止・延期となっているものがあります。開催状況については、市ホームページを確認してください。乳幼児健診とBCG予防接種については個別でお知らせします。

子どもと一緒に遊びに行こう 就学前のお子さんと保護者の方が気軽に集い、遊べる場を紹介します。

園庭開放

問地域子育て支援基幹センター ☎39-9109
保育所等の広い園庭を遊び場として開放します。

新型コロナウイルス感染症対策として、中止・延期となっているものがあります。開催状況については、市ホームページを確認してください。



市立幼稚園 未就園児活動

問各市立幼稚園
入園前のお子さんと保護者が一緒に楽しめる遊びの広場を開催しています。詳細は各園にお問い合わせください。

ところ	とき
神明幼稚園 ☎39-9288	日程は、決まり次第、市ホームページやLINEでお知らせします。
東宇治幼稚園 ☎39-9290	
木幡幼稚園 ☎39-9292	

その他ひろば・サロンなど

事業名・問い合わせ	ところ・とき	その他
赤ちゃんサロン 問社会福祉協議会 ☎22-5650	所総合福祉会館 時7月9日(木) 10時~12時	対妊婦、生後1~4か月の子と保護者 内ミニプログラムと参加者同士の交流タイム。動きやすい服装で参加してください。 料200円 持バスタオル
赤ちゃん広場 問社会福祉協議会 ☎22-5650	所総合福祉会館 時7月3日(金) 10時~12時	対生後5~8か月の子と保護者 内ミニプログラムと参加者同士の交流タイム。動きやすい服装で参加してください。 料200円 持バスタオル
赤ちゃんパーク 問社会福祉協議会 ☎22-5650	所総合福祉会館 時7月10日(金) 10時~12時	対生後9~12か月の子と保護者 内ミニプログラムと参加者同士の交流タイム。動きやすい服装で参加してください。 料200円 持バスタオル
おしゃべり キャッチボール 問社会福祉協議会 ☎22-5650	所総合福祉会館 時7月2日(木) 10時~11時30分	対アレルギーのある子と保護者 内参加者同士の交流・情報交換 持バスタオル

※自宅体温測定の上、マスク着用で参加してください。

休日・夜間などの急患診療 病气やけがにより緊急で医療が必要な場合利用出来ます。

- 比較的軽微な症状の患者さんに対応します。
- 新型コロナウイルス感染症の感染拡大を受けて、受付時間や診療科目などを変更する可能性があります。受診の前に、市ホームページを確認するか、電話で問い合わせください。

休日急病診療所 ☎39-9430 FAX 39-9432	
場所	うじ安心館5階(内科・小児科・歯科)
診療日	日曜・祝日及び 振替休日、年末年始(12月31日~1月3日、 歯科のみ12月29日~)
受付時間	9時30分~11時30分 13時~16時30分※ ※「歯科」は13時~14時30分
医療機関	京都きづ川病院(城陽市) ☎54-1111 ※小児科医が対応します。 ※日祝の9時~18時。まずはお問い合わせください。

小児救急電話相談 ☎#8000 (つながらない場合☎075-661-5596)

時間 年中無休、19時~翌朝8時(土曜
祝日・年末年始を除く)は15時~)



軽傷の場合は、まず「休日急病診療所等」または「小児救急電話相談」を利用して下さい。

医療機関	連絡先
宇治徳洲会病院	☎20-1111 ※不定期で実施しています。
田辺中央病院(京田辺市)	☎63-1111
男山病院(八幡市)	☎075-983-0001 ※平日金曜の18時~翌朝8時。

輝け!
宇治っ子







令和元年7月生まれのお子さんを募集します。応募はEメールで受付中です(応募締切7月3日必着)。詳細は市ホームページまで。



新型コロナウイルス感染症対策として、掲載後に事業の中止や延期等が決定される可能性があります。開催状況については、各記事に掲載の問い合わせ先に確認をお願いします。



情報BOX

今後のイベントや行事の情報をお届けします。

税・年金・保険

国民健康保険・後期高齢者医療制度の被保険者の皆さんへ

国民健康保険(高齢受給者証含む)に関すること
国民健康保険課 20・8729

後期高齢者医療制度に関すること
年金医療課 21・0413

●高額な治療を受ける場合

高額な治療を受ける際に「限度額適用認定証」(以下、「認定証」)を提示すれば、所得により定められた自己負担限度額まで済みます。必要な人は、被保険者証と印鑑を持ち、担当課で申請してください。申請した月の1日までさかのぼり適用します。
《70歳未満の人》自己負担限度額の適用には、所得に問わず認定証が必要です。
《70歳以上の人》自己負担限度額の適用には、所得によって認定証の申請が必要です。

国民年金 保険料免除・納付猶予制度

7月1日(水)から

新年度分の申請受付を開始

国民年金医療課

国民年金の保険料を納めることが経済的に困難な人(任意加入者を除く)は、日本年金機構による審査で承認されると、保険料を免除または納付猶予される制度があります。

《申請方法》所定の申請書と添付書類(◎マイナンバーカードまたは年金手帳◎過去に失業した人は、雇用保険被保険者離職票か雇用保険受給資格者証の写し)を、郵送か同課窓口へ。
※代理申請の場合は、委任状、代理申請者の本人確認書類・印鑑も必要。
※申請が遅れると、万一の際に障害年金等の受け取りが出来なくなる場合があります。

《未納期間はありませんか》申請時点の2年1カ月前の月分までさかのぼって免除申請が出来ます。
《継続申請の人》昨年度継続申請で承認された人は申請不要ですが、失業等を理由とする特例免除等の場合は改めて申請が必要です。なお、審査の結果、全額免除または納付猶予が却下された場合は、改めて申請することで一部免除が承認される場合があります。

《新型コロナウイルス感染症にかかる臨時特例》感染症の影響による収入の減少で保険料納付が困難な場合、臨時特例措置として免除申請が可能となりました。

※認定証の交付を受けている人
《国民健康保険(74歳)》7月31日(金)有効期限の認定証の交付を受けていて、引き続き必要な人は、更新手続きが必要です。7月中旬に送付する申請書で、国民健康保険課へ申請してください(郵送可)。
《後期高齢者医療制度(75歳)》引き続き該当する人には、7月中旬に新しい認定証を送付します(申請不要)。なお該当すると思われる人で、まだ申請していない人には申請書を送付しますので、希望する人は年金医療課へ申請してください(郵送可)。



●「後期高齢者医療被保険者証」「高齢受給者証」を送付

8月から使う「後期高齢者医療被保険者証」「高齢受給者証」(国民健康保険被保険者で、70〜74歳の人)は、7月中旬に送付します。

●「後期高齢者医療保険料額決定通知書」を送付

7月中旬に同通知書を送付します。6月以降に満75歳になった人の同通知書は、8月以降に順次送付します。

●「ご存じですか」福祉医療費助成制度

次の区分に応じ、保険診療の自己負担分を助成します。いずれも所得制限、年齢制限があり、申請が必要です。詳しくは年金医療課へ。

●区分と対象

①ひとり親 ひとり親家庭等の18歳未満の子と親 ②保険診療の自己負担分を全額助成
③老人 65〜69歳の人 ④保険診療の自己負担分が2割に、または3割のままの人も自己負担限度額を適用
⑤重度心身障害老人健康管理事業 ⑥後期高齢者医療被保険者で重度の障害(*)のある人 ⑦①と同じ
* 身体障害者手帳1・2級を所持している人、身体障害者手帳3級を所持しI・Qが概ね50以下の判定を受けた人、I・Qが概ね75以下の判定を受けた人

産業・消費生活・求人

福祉サービス公社 正職員募集

《職種》デイサービスセンター介護職員
《資格》普通自動車運転免許を持つ、介護福祉士または社会福祉士または介護職員初任者研修修了者 《報酬(月額)》18万円(経験による加算、資格手当、他手当あり) 《選考日》随時(相談可) 《採用日》8月1日(土)(相談可) 《勤務地》西小倉事業所 甲履歴書と資格証の写しを、郵送か同公社窓口(〒611・0021 宇治琵琶1・3)へ。* ホームヘルパー・アルバイト介護職員も募集しています。詳しくは電話かホームページ(☎28・3150) http://www.poppo.or.jp)で確認してください。

その他

審議会の傍聴

関連資料は当日、市役所1階の行政資料コーナーで縦覧出来ます。

●都市計画審議会

7月20日(月)午後3時〜 所議会棟第3委員会室 定員10人程度 ①都市計画道路(六地藏駅前線)の変更について ②他 ③当日、午後2時半〜2時50分に開催場所受付へ。 ④都市計画課

●「老人」の制度を受けている人へ
住民税非課税世帯の人には、申請により福祉医療費の自己負担分が減額される「限度額適用認定証」(以下、「認定証」)が交付されます。引き続き該当する人には、7月中旬に新しい認定証を送付します。まだ申請していない人には申請書を送付します。

●現在の制度を受けている人へ

8月以降も引き続き該当する人には、7月中旬に新しい受給者証を送付します。7月中は現在使用している受給者証を、8月以降は新しい受給者証(①・②・③は黄色、④は桃色)を使用してください。

子ども	高齢者	健康・福祉	税・年金・保険	生涯学習・スポーツ	安全・安心	人権・平和	文化・芸術・歴史	産業・消費生活・求人	催し	住まい・環境・資源	その他	相談
-----	-----	-------	---------	-----------	-------	-------	----------	------------	----	-----------	-----	----



UJISHIのコラム 各課からのコラムをご紹介します!

笑顔で健やか宇治のまち

(関 健康生きがい課)

保健師が健康づくり役に役立つ情報をお届けします

やっぱり気になるお口の臭い

口臭には色々な原因があります。口臭の発生する仕組みを理解して、毎日のお口のケアをがんばりましょう。
口臭とは…本人や周りの人が不快に感じるイヤな臭いです。



●生理的な口臭

健康な人の息が一時的に臭う口臭で、食べ物や飲み物が原因の口臭です。いくら歯を磨いても、原因物質が胃腸の中や血液の中にある場合は一時的に臭います。

原因…んにくやたまねぎ、アルコール、タバコなど

●舌苔が原因の口臭

舌には様々なものが付着し、クリーム色で苔状に見えることがあり、これを舌苔といいます。舌苔が原因で口臭することがあります。

●病的な口臭

鼻やのどの病気、肺や胃腸の病気、糖尿病も口臭の原因となります。

《口の中の病気が原因》

歯周病、むし歯、入れ歯の汚れなどが原因となります。

口臭の原因のほとんどは舌苔と歯周病です。お口のケアをしっかり行い、歯周

病を予防して口臭予防をしましょう!

舌苔のお掃除が効果的!

舌の掃除をすることで、手軽に口臭が予防出来ます。

《掃除の仕方》

・市販の舌用の歯ブラシが柔らかい歯ブラシを使用します。優しい力で奥から手前に汚れをかき出すように掃除します。
※汚れがきつい場合は、一気に取ろうとせず、何回かに分けて取りましょう。
・舌苔が取れない、口臭が強いという場合は歯科医院に相談しましょう。

お口の環境を清潔に保つためのケア

・磨き残しがないように、丁寧な歯磨きをしましょう。

・歯ブラシにプラスして歯間ブラシや糸ようじなどセルフケアを助けるツールを利用しましょう。

・舌の掃除を習慣にしましょう。

《プロフェッショナルケア》

・歯科医院で定期的に健診を受けましょう。

・定期的な歯石取りとクリーニングを受けましょう。

・歯周病やむし歯の治療をしましょう。

毎日のセルフケアや、定期的な歯科健診でお口の中を清潔に保ち、口臭を予防しましょう。毎日のケアを続けていても口臭が改善しない場合は、歯周病などの病気の可能性もありますので、歯科医院に相談しましょう。

家庭で地域で防災対策を (関 危機管理室)

避難情報



ちはや〜。先月、非常用持ち出し袋を作ったんでしゅけど、避難はどのタイミングでしたら良いんでしゅか?

災害の危険が迫ったときは、宇治市から避難情報が出るわ。



ちはや姫

警戒レベル	避難情報の名称	住民に求める行動
警戒レベル3	避難準備・高齢者等避難開始	特に避難行動に時間を要する人は、避難の開始。それ以外の人は、避難の準備の開始。
警戒レベル4	避難勧告 避難指示(緊急)	発令区域の人は、避難の開始。 直ちに避難行動の開始。
警戒レベル5	災害発生情報	災害発生中。生命を守るための最善の行動を。

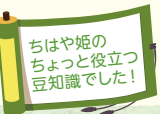


なるほど〜! ボクは歩くのがゆっくりでしゅから、レベル3の「避難準備・高齢者等避難開始」のタイミングで避難するでしゅ!

市が開設する避難所以外に、親戚・知人宅等の避難出来る場所を、日頃から考えておくということも大切よ。



さまざまな防災情報をお知らせします



ちはや姫のちょっと役立つ豆知識でした!

レッツ! エコ・リサイクル (関 環境企画課)

どうして地球温暖化になるの?

地球温暖化による気候変動は、私たちの生活や自然の生態系に大きな影響を与えています。たとえば、近年多発するゲリラ豪雨等による洪水被害、気温上昇による熱中症の増加など、気候変動による影響を感じている人も多いのではないのでしょうか。

地球温暖化のメカニズム

- 1 太陽からのエネルギーで地上が温まる。
- 2 その熱を温室効果ガス(※)が吸収して大気が温まる。
- 3 温室効果ガスの濃度が上がると温室効果が強くなり、地上の温度が上昇する。

※温室効果ガスは二酸化炭素(CO2)、メタン、代替フロンなどがあります。

現在、世界の平均気温は上昇し続けていると言われており、1880年から2012年の期間で0.85℃上昇しました。さらに最近の過去10年の平均気温も高い水準を記録しています。大気中のCO2濃度についても、産業革命前と比べると40%増加していて、このままでは80年後には最大で4.8℃上昇すると予測されています。

市では、温室効果ガスの排出削減を目指して、「COOL CHOICE」の推進など、「地球温暖化対策推進パートナーシップ会議」(通称:eco ット宇治)と協働で、市民の皆さんに身近に感じてもらえるような取り組みを行っています。

エコやリサイクル活動に取り組んでみませんか



[発行] 宇治市 [編集] 秘書広報課
〒611-8501 宇治市宇治琵琶 33 ☎22-3141(代表) ☎20-8779

宇治市ホームページ
<https://www.city.uji.kyoto.jp/>

宇治市公式 Facebook
<https://www.facebook.com/ujicity>

宇治市公式 YouTube
<https://www.youtube.com/user/ujicity>

市政だよりへのご意見・ご感想をお寄せください
ご意見・ご感想は、はがき、ファクス、メールで随時受付をしています。
秘書広報課まで ☎obokoho@city.uji.kyoto.jp

右のQRコードを読みとって、市ホームページからも回答出来ます。



市の人口 [令和2年6月1日現在]	・世帯数 84,668世帯 (前月比 -9世帯)	・男性 89,902人
	・人口 185,621人 (前月比 -70人)	・女性 95,719人

