

# 市役所からのお知らせ

## 認定司法書士無料相談会

予約・問合せ先 || 総務課行政係  
☎ 内線 321

法務大臣の認定を受けた認定司法書士が身近な法律家として市民に貢献するため、次の通り相談会を実施します。相談する人は、事前に電話で予約してください。

【日時】 7月12日(木)

午後1時～4時30分

【場所】 市役所3階小会議室

【主催】 長崎県司法書士会

## 7月は「社会を明るくする運動」の強調月間です

問合せ先 || 福祉事務所福祉総務係  
☎ 内線 153

社会を明るくする運動とは、すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生に理解を深め、それぞれの立場で力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする全国的な運動です。

近年、非行の低年齢化や犯罪の広域化、覚せい剤の乱用など、重大な事件も相次いでいます。

本年は、「犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ」強調月間とし、安全で安心して暮らせる明るい社会づくりを目指して地域に根差した運動を展開します。

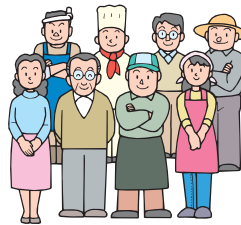
犯罪のない明るい社会の実現のため、市民の皆さんのご理解とご協力をお願いします。

### 【行動目標】

- ① 犯罪や非行をした人たちの立ち直りを支えよう
- ② 犯罪や非行に陥らないよう地域社会で支えよう
- ③ これらの点について、地域社会の理解が得られるよう協力しよう

### 【重点事項】

- ◎ 立ち直りを支える取り組みについての理解促進
- ◎ 犯罪や非行をした人たちの就労支援



## 国民健康保険・後期高齢者医療保険 被保険者証(保険証)

問合せ先 || 健康ほけん課国保係  
☎ 内線 125、126

8月から保険証が新しくなります。平成24年8月1日発効の新しい保険証を、7月下旬に郵送します。

## 平成24年度後期高齢者医療保険料の軽減措置

○問合せ先 健康ほけん課国保係 ☎ 内線 125

または 長崎県後期高齢者医療広域連合 ☎ 095-816-3930

◆所得が少ない人の保険料は、世帯の所得に応じて次に掲げる割合の通り保険料の軽減措置が継続されます。

### ■均等割額の軽減

同一世帯内の被保険者と世帯主の前年の合計所得額	軽減割合	これらの軽減に該当すると ⇒	年間の均等割額 (44,600円) が次のようになります。
33万円以下の場合	8.5割		
※うち、被保険者全員が年金収入80万円以下(そのほか各種所得なし)の世帯	9割		4,400円
33万円+ (24万5千円 × 世帯主を除く被保険者数) 以下の場合	5割		22,300円
33万円+ (35万円 × 被保険者数) 以下の場合	2割		35,600円

### ■所得割額の軽減

賦課のもととなる所得額 (前年中の総所得金額などから基礎控除額33万円を差し引いた額)	軽減割合
58万円以下の場合 (年金収入で211万円まで)	5割

### ■被扶養者であった人の軽減

この制度加入直前に健康保険など(国民健康保険は除く)の被扶養者だった人は、保険料の所得割額の負担はなく均等割額が9割軽減され、年間の保険料が4,400円となります。

◆これらの軽減措置については、あらかじめ手続きをする必要はありません。

◆保険料の納付が困難なときは、分割納付などの相談に応じていますので、早めに上記の窓口にご相談ください。また、失業や災害などの特別な事情がある場合には減免などの制度があります。

## 住民基本台帳制度が変わります

問合せ先 市民生活課 住民・年金係  
☎内線 139

7月9日から住民基本台帳法の一部が改正され、新しい住民基本台帳制度がスタートします。

### 〔外国人住民の人の登録制度が変わります〕

① 外国人登録証明書に代わり、在留カードまたは、特別永住者証明書などが交付されます。

② 在留に係る許可申請の手続きは入国管理官署のみとなり、負担が軽減されます。

③ 外国人住民の人も住民基本台帳に登録され、住民票の交付を受けることができるようになります。

※ 交付の窓口は、本庁市民生活課 および各支所・出張所

※ 転出届など各種届出の窓口は本庁市民生活課 および福島支所

### 〔住民基本台帳カードの継続利用が可能になります〕

今回の改正によって、市外へ転出した後も住民基本台帳カードを継続して利用することができるようになります。



## あなたの健康お手伝いします

### 熱中症に注意しましょう

問合せ先=健康ほけん課健康推進係☎内線 166

熱中症の発生は7月～8月がピークになります。一人一人が熱中症予防の正しい知識を持ち、自分の体調の変化に気をつけるとともに、周囲の人にも気を配り、予防を呼びかけ合って、熱中症を防ぎましょう。

#### 【熱中症とは】

- 高温多湿な環境の下で体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温調節機能がうまく働かないことにより、体内に熱がたまり、大量の発汗、さらにはめまい、吐き気、倦怠感などの症状が現れ、重症になると意識障害などが起こります。
- 気温が高い、湿度が高いなどの環境条件と、体調が良くない、暑さに体がまだ慣れていないなどの個人の体調による影響とが組み合わさることにより、熱中症の発生が高まります。

#### 【熱中症の予防法】

熱中症の予防には、『水分補給』と『暑さを避けること』が大切です！

#### 水分・塩分補給

- こまめな水分・適度な塩分の補給  
1日に1000～1500ml（コップ5杯程度）は飲むように心掛けましょう。
- ※ のどの渇きを感じなくてもこまめに水分補給をしましょう。

#### 体調に合わせた取り組み

- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどによる体の冷却を心掛けましょう。

#### 外出時の準備

- 日傘や帽子を着用したり、日陰の利用、こまめな休憩を心掛けましょう。
- 通気性の良い、吸湿・速乾の衣服を着用しましょう。

#### 《注意していただきたいこと》

- 暑さの感じ方は人によって異なります！暑さに対する抵抗力は個人によって異なります。自分の体調の変化に気をつけましょう。
- 高齢者の方は特に注意が必要です！熱中症患者のおよそ半数は高齢者（65歳以上）です。のどの渇きを感じていなくてもこまめに水分補給をしましょう。
- 周りが協力して、熱中症予防を呼びかけ合うことが大切です。
- 節電を意識するあまり、熱中症予防を忘れないようにしましょう。  
気温が高い日や湿度の高い日には、決して無理な節電はせず、適度に扇風機やエアコンを使用するようにしましょう。

#### 【熱中症になった時の処置は・・・】

- ① 涼しい場所へ避難させる。
- ② 衣服を脱がせ、体を冷やす。
- ③ 水分・塩分を補給する。

※ 自力で水を飲めない、意識がない場合は、直ちに救急車を要請しましょう。

