

熱中症を予防しましょう

健康づくり課
☎34-5445

熱中症の発症は8月が最も多く、発症者の約半数が65歳以上で、その6割以上が室内で発症しています。

外出時

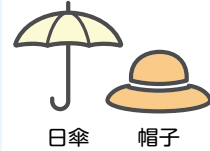
- 外出は、その日の暑くなる時間にに応じて時間帯を工夫し、体調が悪いときは控えましょう。
- うちわなどの熱中症対策グッズを利用しましょう。

水分・塩分を補給する



水
塩分を含む食べ物、飲み物

日差しを避ける



日傘
帽子

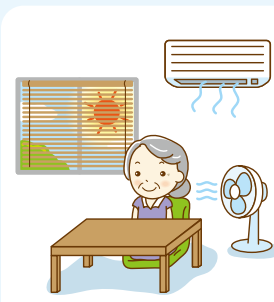
体を冷やす



うちわ、携帯扇風機
タオル

首や脇など太い血管がある所に濡れたタオルを当てると効果的です

室内



- ・ブラインドやすだれで日光を遮る。
- ・冷房や扇風機を使う。
*扇風機のみでは熱中症になることがあります。
- ・風通しを良くする。

寝ている時も冷房を付けましょう

睡眠中に熱中症になることがあります。

室温は28℃程度(*)に保ちましょう。

(*)冷房の設定温度ではなく、室温の適温です。

冷房の風が苦手な人は、冷房の風向きを調整する、薄手の長袖を着るなどして、風が体に当たらないようにしましょう。

高齢者を見守りましょう

高齢者は暑さやのどの渇きに自分で気付きにくく、リスクが高いです。見守り、声を掛けましょう。

普段よりも元気や食欲がない、脇の下や口の中が乾燥している、体を触ると熱い(発熱している)といったときは、水分・塩分を取り、体調が悪くならないときは受診しましょう。

暑さ指数の確認はこちら



環境省
熱中症予防情報サイト

熱中症の対策はこちら



防災行政無線によるJアラートの試験放送

行政課 ☎34-5517

とき 8月26日(水)
午前11時頃

- *音量は、午後5時の時報と同じくらいです。
- *荒天時などは、9月9日(水)に延期します。



*燕三条FMラジオへの緊急割込放送は行いません。

放送内容

((防災行政無線チャイム))
「これは、Jアラートのテストです。」×3回
「こちらは、広報三条市役所です。」
((防災行政無線チャイム))

ペットの熱中症に注意

環境課 ☎34-5558

炎天下の車の中は危険な暑さになります。わずかな時間でもペットを車内に残さないようにしましょう。また、路面が熱いときの散歩は控えましょう。



これまでのサンキッズカードは、9月1日以降は利用できません。改めてHUGCAを申請ください。
*リニューアルに伴い、対象施設や協賛店、サービスが一部変更となります。

サンキッズカードリニューアル

HUGCA

9月1日スタート

対象者を拡充し、三条市LINE公式アカウントから表示するデジタルカードに変わります。対象施設や協賛店で提示すると、割引などのサービスを受けられます。

対象

- ・18歳未満の子を養育する母、父
- ・妊婦

申請方法

- ①市LINE公式アカウントを友だち登録
 - ②受信設定の「求める情報」で「子育て支援情報」を選択し、送信
 - ③リッチメニューの子育てメニューから「HUGCA申請」を選択
 - ④「HUGCAの申請・変更」を選択し、表示されたLINEの登録名と申請IDを控えて進む。
 - ⑤「三条市オンライン申請サービス」のページが開くので、控えておいたLINEの登録名と申請ID、必要事項を入力して申請
- *市で申請内容を確認後、承認の有無を市LINE公式アカウントのトークで通知します。



市LINE公式アカウント
友だち登録



詳しい申請方法
などはこちら

申請期間

8月3日(月)から



これまでのサンキッズカードは、9月1日以降は利用できません。改めてHUGCAを申請ください。
*リニューアルに伴い、対象施設や協賛店、サービスが一部変更となります。

対象者：
・平成25年8月～30年9月の間に生活保護を受給した世帯
・平成30年10月～令和8年3月の間に生活保護を受給し、一定期間入院・入所していた人や、障がいなどで加算算定された人がいる世帯
・申請受付：8月1日(土)～令和9年7月31日(土)(窓口での受付は8月3日(月)から)
その他：生活保護を受給中の世帯は申し出不要です。

福祉課 ☎34-5433

平成25年の生活扶助基準改定を違法とした最高裁判決を踏まえ、国の新たな基準と当時の基準との差額分を追加給付します。

対象世帯のうち、現在、生活保護を受給していない世帯は申し出が必要です。詳しくは問い合わせてください。

該当世帯は申出が必要ですが、最高裁判決を踏まえた保護費などの追加給付