

熱中症にご用心！

☎健康増進課 ☎32-2069

熱中症は屋外だけでなく、就寝中など屋内にいる時にも発症することがあります。特に体温調節機能が低いとされる乳幼児や高齢者は、注意が必要です。症状や対応方法について理解し、しっかり予防しましょう。

■熱中症の症状

めまい、痛みを伴う筋肉のけいれん、頭痛、吐き気、嘔吐、のどの渇き、多量の発汗、意識障害など

熱中症を予防するには

- ・炎天下での外出を控え、外出する時は、日傘や帽子をかぶる
- ・室内の気温が28度を超えないように気をつける
- ・小まめに水分を補給し、汗をかいたら塩分も補給する
- ・運動中に具合が悪くなったら、すぐに運動を中止する など

熱中症にかかったら、または、かかった人を見かけたら

- ・風通しの良い日陰や冷房の効いた所に移動する
- ・水分や塩分を補給する
- ・冷やした濡れタオルなどで体を冷やす
- ・自力で水が飲めなかったり、意識がなかったりしたら、救急車を呼ぶなどして、早めに医療機関で治療を受けさせる など

特別児童扶養手当所得状況届と特別障害者手当等現況届

☎障害福祉課(市役所1階10番窓口) ☎32-2067
☎32-2153、または各支所・出張所担当課

■特別児童扶養手当所得状況届

8月以降の支給の要否を確認するため、所得状況届を提出してください。

支給停止中の人も必ず提出してください。

■特別障害者手当等現況届

障害児福祉手当、特別障害者手当、経過的福祉手当を受給している人は、現況届を必ず提出してください。

受付期間 8月12日(金)～9月12日(月)

ところ 障害福祉課または各支所・出張所担当課

対象者には、必要書類などを記載した案内を8月上旬に郵送します。必要書類などを持参の上、障害福祉課または各支所・出張所担当課へ提出してください。詳しくは、お問い合わせください

子どものショートステイ

☎こども子育て相談室(津山すこやか・こどもセンター内) ☎32-7027

子育て中に病気になったり、家族の看護などで育児ができなくなったりした時、近くに子どもを見てくれる人がいなくて困ったことはありませんか。

そのような時には、子どものショートステイ(子育て短期支援事業)をご利用ください。

対象 次のすべてに当てはまる家族

①子ども・保護者とも市内に在住し、住民票を有する②子どもの年齢が18歳未満

利用できる事例 保護者の病気や出産、看護、事故、冠婚葬祭、出張、学校などの公的行事への参加、または育児疲れの場合など

利用可能日数 1回につき7日間まで

利用料(日額) 2歳未満=5,350円、2歳以上=2,750円

利用施設(児童養護施設) わかば園(二宮)、立正青葉学園(西寺町)、津山二葉園(林田)

申込方法 印鑑を持参の上、こども子育て相談室に直接申し込む

※利用中の医療費や行事などに参加する費用など、別途実費が必要な場合があります

※世帯の市県民税の課税状況により、利用料が減額される場合があります

※空き状況など、詳しくはお問い合わせください

児童扶養手当の現況届

☎こども課(津山すこやか・こどもセンター内) ☎32-2065、または各支所・出張所担当課

8月以降も児童扶養手当の受給を希望する人は、必ず現況届を提出してください。支給停止中の人も必ず提出してください。

2年間未提出の場合は、受給資格が消滅します。

なお、対象者には、必要書類などを記載した案内を7月下旬に郵送します。現況届は窓口を用意していますので、必要書類などを持参の上、**本人が直接窓口に来てください。**

受付期間 8月1日(月)～31日(水)午前8時30分～午後5時15分(金曜日は、津山すこやか・こどもセンターのみ午後7時まで受け付けます)

ところ こども課または各支所・出張所担当課

※本庁舎こども課分室では受け付けできません
※詳しくは、お問い合わせください

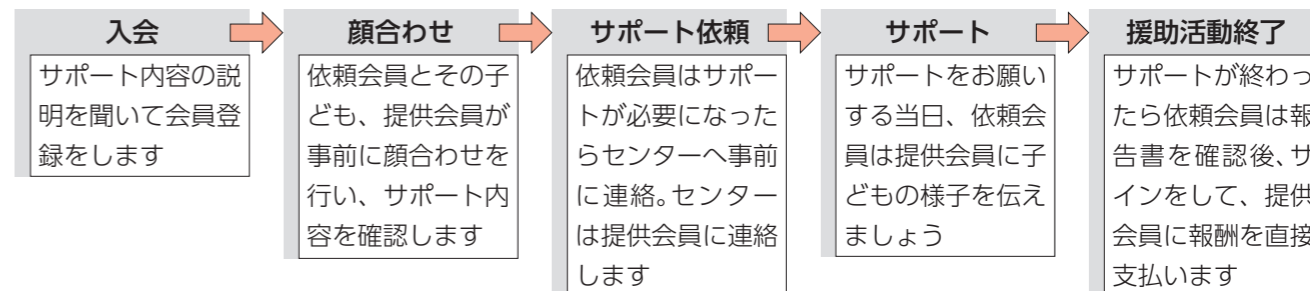


～人と人をつなぎ、子どもに笑顔を～ 津山ファミリー・サポート・センター会員募集

☎津山ファミリー・サポート・センター(津山男女共同参画センター「さん・さん」内：アルネ・津山5階) ☎31-8753

市では、子育てを地域の会員同士で支え合う組織「津山ファミリー・サポート・センター」(通称：ファミ・サポ)を運営しています。6月末現在の会員数は、依頼会員547人、提供会員380人、両方会員77人の合計1,004人です。育児を支援してもらいたい人や、子育てを応援したい人は、ぜひ、入会してみませんか。詳しくは、お問い合わせください。

■サポートの流れ(依頼会員の場合)



■サポートの例(センターより)

上の子の参観日に、下の子のサポートをお願いした依頼会員からは「参観がゆっくりできたので、とても助かりました」との声が届きました。
ご夫婦でサポートしてくださった提供会員からは「よく懐いてくれて、楽しい時間でしたよ」とお話しいただきました。



依頼会員(育児を支援してほしい人)からの質問

Q どんなことを頼めるのですか？

A 保育園・小学校の迎えや預かり、放課後児童クラブへの送り迎え、親の通院や急用の時の預かり、学校行事の時の下の子の預かりなど、子育てで困った時にはご相談ください

Q どんな人がサポートしてくれますか？

A 子育てに関心がある人で、退職した人や働きながら空いた時間に活動する人、子育て中の人などです

■料金表

料金(活動報酬)	1時間まで	以降30分ごと
平日(7:00～19:00)	500円	250円
早朝・夜間	700円	350円
土・日・祝日・年末年始		
軽度の病児		



提供会員(子育てを応援したい人)からの質問

Q サポート中のけがや事故が心配です

A 万が一に備え、補償保険に加入しています。また、安全にサポートしていただけるよう知識や技術を身に付ける講習会も開催しています

Q 用事があったら断ることはできますか？

A ご都合が悪ければ、断ることもできます。依頼会員には複数の提供会員を紹介しています。ほかの都合が付く人をお願いします

こちらもご利用ください

「ミニさろん」毎月開催中！

子育て中の親子が気楽に立ち寄り、気分転換できる場です。会員でない人の参加も歓迎します。

とき 毎月第4水曜日(12月を除く)午前10時30分～正午

ところ さん・さん

内容 子どもを遊ばせながら参加者同士で話をしたり、提供会員に話を聞いてもらったりするなど