

# たよれーる ひがしだより

～新型コロナウイルス関連の情報をお届けします～



令和2年7月発行

## 今年は例年よりも熱中症に注意！！

新型コロナウイルスの感染予防のためマスクが必需品となりましたが、マスクをすることで体に熱がこもりやすく、喉の渇きを感じにくくなるため、熱中症になりやすくなります。

また、例年であれば徐々に暑さに慣れていくところですが、今年は多くの方が外出を自粛していた為、体が暑さに弱くなっています。

高齢になると、暑さや水分不足に気づきにくくなり、暑さに対する体の調整機能も低下しているので注意が必要です。

### 熱中症予防対策

こまめな水分補給



暑さを避ける



### 新型コロナウイルス感染症についての

### 相談・受診の目安が変更になりました。

少なくとも以下のいずれかに該当する場合には、すぐに相談ください。

1. 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場合
2. 重症化しやすい方（※高齢者、基礎疾患がある方等）で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合
3. 上記以外の方で発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合（症状が4日以上続く場合は必ずご相談ください。）

※これらに該当しない場合の相談も可能です。

千歳保健所 TEL 0123-23-3175



# 給付金のサギに注意!!

コロナウイルス感染症対策の特別定額給付金の給付がすでに始まっておりますが、関連した不審な電話や郵便物があつたとの相談が多く確認されています。

**絶対に  
教えない! 渡さない!**

- 暗証番号 ●通帳 ●口座番号
- マイナンバー ●キャッシュカード
- 家族構成などの個人情報

市役所や総務省などが以下を行うことは絶対にありません

- ✗現金自動預払機(ATM)の操作をお願いすること
- ✗受給にあたり、手数料の振込を求めること
- ✗メールを送り、URLをクリックして申請手続きを求めること



## 報告されている事例

- ・「80歳以上の方はコロナで補助金が60万円出ます。キャッシュカードと印鑑証明を用意して下さい」と電話があつた。
- ・市役所の職員を名乗つた電話があり、「給付金の受付番号が届いていない」と銀行口座を聞かれた。
- ・「手続きを急いでいる方」と書かれた個人情報を記入するような内容の給付金申請書がポストに入つていた。

※個人情報の流出は、今後の詐欺被害につながる恐れがありますのでご注意ください。

## 相談連絡先

恵庭市市民生活課  
**0123-33-3131**  
内線 1181

恵庭市  
消費者生活センター  
**0123-32-8191**

新型コロナウイルス  
給付金関連消費者ホットライン  
**0120-213-188**

編集  
発行

恵庭市ひがし地域包括支援センター

**たよれーる ひがし**

☎ (0123) 35-1071

FAX (0123) 35-1072

〒061-1409 恵庭市黄金南5丁目11番地4

(恵庭市こがねデイサービスセンター内)