

熱中症を予防する身体、環境づくりはできていますか？

熱中症の症状

下記の症状があるときには、熱中症を疑い、適切に対処しましょう。

- めまい
- 頭痛
- 虚脱感
- 失神
- 筋肉痛
- 嘔吐
- 吐き気
- 高体温
- 倦怠感
- けいれん
- 大量発汗
- 手足の運動障害
- 筋肉の硬直

熱中症かなと思ったら

涼しい場所へ避難し、服をゆるめよう



首、わきの下、太もものつけ根を冷やそう



熱中症による救急搬送状況

昨年5/1～10/1までの市内の救急搬送件数は、137件。屋外だけでなく、自宅で熱中症になるケースも多いです。



今年は去年より猛暑になる予想で、5/25時点で熱中症による救急搬送件数は12件と去年を上回るペースです。

毎日の「天気情報チェック」が命を守る!

熱中症の危険を知らせる熱中症警戒アラートは「熱中症警戒情報」として法制化。さらに危険な場合は「熱中症特別警戒情報」が発表されます。毎日の天気情報チェックを習慣づけましょう!



環境省LINEを登録すると、熱中症警戒アラートだけでなく、暑さ指数に応じた熱中症情報を受信できます。登録し、早めの予防行動を心がけましょう! 環境省LINE▶



暑さ指数33以上で熱中症警戒アラート発表

暑さ指数	35以上	熱中症特別警戒アラート 発表
	33以上	熱中症警戒アラート 発表
	31以上	危険 外出はなるべく避ける
	28～31	厳重警戒 激しい運動は避ける

今年4月の熱中症特別警戒アラート運用開始に伴い、本庁舎の一部をクーリングシェルターに指定しました。

指定暑熱避難施設
クーリングシェルター 那覇市クーリングシェルター
COOLING SHELTER NAHA COOLING SHELTER

開放日時 熱中症特別警戒アラート発表日の8時30分～18時

開放期間 10月23日(水)まで

開放場所 本庁舎1階市民会議室

受入可能人数 約20人

問 環境政策課 ☎951-3392



75歳以上の皆さま

“8月から被保険者証が切り替わります”

有効期限が令和7年7月31日の被保険者証がお手元に届きます



後期高齢者医療制度に加入している人の被保険者証が、令和6年8月1日より切り替えになります。新しい被保険者証は7月末までに簡易書留で届きます。届いたら、住所・氏名・一部負担金の割合を確認してください。

今お持ちの被保険者証は7月31日まで使えます

■限度額適用・標準負担額減額認定証等について

所得区分によって、医療機関窓口で医療費の支払いが減額される限度額適用・標準負担額減額認定証等の交付を受けることができます。希望者は、市町村窓口でお手続きください。なお、所得区分が「一般I」「一般II」「区分(現役並み)Ⅲ」の方への交付はありません。

上記証の交付を受けている人で、令和6年度も該当する場合は、被保険者証に同封しますので再申請は不要です。

問 国民健康保険課 後期高齢者医療グループ ☎917-0410

後期高齢者医療保険料率の改定

後期高齢者医療制度の保険料は、医療給付費の支出などの動向を踏まえて2年に1度見直されます。

令和6・7年度の沖縄県の保険料率は、今後の被保険者数の増加、財政状況などを総合的に検討した結果、やむを得ず増額改定となりました。後期高齢者医療制度の持続性を高め、皆さんが安心して医療を受けられるよう、ご理解をお願いします。詳細は、7月9日発送の保険料額決定通知をご確認ください。

改定の内容

算定区分	令和4・5年度	令和6・7年度
所得割率	8.88%	11.60% ※1
均等割額	48,440円	56,400円
賦課限度額	66万円	80万円 ※2

※1 「基礎控除後の総所得金額等」が58万円(年金収入211万円相当)以下の人の今年度の所得割率は、10.18%です。

※2 令和6年3月31日時点で75歳以上の人、または令和7年3月31日までに障害認定による被保険者となる人の今年度の賦課限度額は、73万円です。

広告

相続のお悩みは
弁護士にまるっとお任せ!

法律相談料

通常5,500円

初回限定 30分無料

7月 日程 6(土)・20(土)・27(土) | 時間 10:00-16:00 | 会場 沖縄県那覇市牧志2-16-46 タカランマンションマキシー1 201号室

(お客様の声)

Q4: 本日、相談されてみて実際にいかがでしたか?
思ったよりフレンドリーで話しやすかった。真摯に向き合ってくれていることがわかり安心した。

Q4: 本日、相談されてみて実際にいかがでしたか?
優しく対応して頂いたのでもっと話しやすかったです。対応方法についてわかりやすい説明でしたので、ありがとうございました。

弁護士法人琉球法律事務所 検索
代表弁護士 久保以明 沖縄弁護士会所属 登録番号29685

今すぐ 受付時間 平日9:00-17:30
お電話を 0120-927-122