

引き続き
一人一人の対策を

新型コロナウイルス関連のお知らせ

特別定額給付金の申請をお忘れなく

特別定額給付金の申請書は、基準日（令和2年4月27日）時点の住民基本台帳に記録されているすべての世帯主に宛てて、5月29日から30日にかけて郵送しています。

「新しい生活様式」を健康に！

「新しい生活様式」とは、新型コロナウイルス感染防止の3つの基本である、①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いの実施や「3密（密集、密接、密閉）」を避ける、などを取り入れた日常生活のことを言います。

【マスク着用により、熱中症のリスクが高まります】

暑さを避け、水分を取るなどの「熱中症予防」と、マスク、換気などの「新しい生活様式」を両立させましょう。

▼マスク着用時のポイント

- ・屋外で人と2m以上（十分な距離）離れているときはマスクを外しましょう
- ・激しい運動は避けましょう
- ・のどが渇いていなくても、こまめに水分補給をしましょう（1日あたり1.2リットルを目安に。大量



- ▼申請期限 **8月31日（月）〈当日消印有効〉**
※期限を過ぎると、給付申請ができなくなります。申請書を失くしてしまった場合や、申請書が届かない場合は、下記までお問い合わせください。
- 問い合わせ先 新型コロナウイルス感染症対策室（☎40-2636）

に汗をかいたときは塩分も取りましょう）

▼熱中症にならないために

- ・涼しい服装をし、日傘や帽子を活用するなどして、暑さを避けましょう
- ・エアコン使用中もこまめに換気をしましょう

・毎朝など、決まった時間に体温測定と健康チェックを行い、日頃から体調管理をしましょう

※高齢者、子ども、障がいのある人は熱中症になりやすいので、十分に注意しましょう。家族や近所の人など、周囲からの声掛けにもご協力をお願いします。



詳しくは
こちらから

厚労省 新型コロナ

検索

新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口

【新型コロナウイルス感染症に関する予防方法など、一般的な相談や問い合わせについて】

- ➡青森県新型コロナウイルス感染症コールセンター（☎0120-123-801、随時受け付け）
- ➡厚生労働省電話相談窓口（☎0120-565653、午前9時～午後9時／ファクス〈聴覚に障がいのある人など電話での相談が難しい人向け〉03-3595-2756）

【感染が疑われる場合】

- ➡以下のいずれかに該当する場合は、すぐに弘前保健所「帰国者・接触者相談センター」（☎33-8521）にご相談ください。
- 息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱などの強い症状のいずれかがある場合

- 重症化しやすい人（※）で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合
- （※）高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患（COPD等）などの基礎疾患がある人や透析を受けている人、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている人
- 上記以外の人で発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合

（令和2年7月13日現在）

最新情報は、問い合わせ先や下記のホームページでご確認ください。

■厚生労働省ホームページ（<https://www.mhlw.go.jp/index.html>）

■市ホームページ（<http://www.city.hirosaki.aomori.jp/>）

あなたの意見を
市政のために

弘前市社会福祉問題対策協議会の委員を募集

弘前市社会福祉問題対策協議会は、社会福祉施策における諸問題を調査・協議し、適切な施策の推進につなげることを目的に設置する市の附属機関です。

このたび、市民の皆さんの意見を反映させるため、委員を募集します。

▼応募資格 市内に在住する平成12年4月1日以前に生まれた市民（市議会議員、市職員〈退職者を含む〉および市の他の附属機関の委員に選任されている人を除く）

▼募集人員 2人程度

▼募集期間 8月3日（月）～31日（月・必着）

▼活動内容 主に弘前市地域福祉計画関係をテーマにする予定

▼任期・会議の開催など 任期は委嘱の日から2年間。会議は平日の午後に年2回程度開催予定。

▼報酬 委員長に1万2,100円、委員に1万円を支給（いずれも日額）

▼応募方法 次の事項を記入した応募用紙を、郵送、持参、またはEメールで提出してください。

①住所・氏名（ふりがな）・性別・生年月日・職業・電話番号

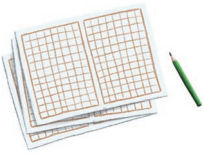
②社会福祉に関する知識・経験など

③「これからの地域福祉における、住民相互、事業者及び行政等の連携について（応募者自身の関わり方も含めて）」をテーマとした作文（800字程度）

※応募用紙の様式は自由ですが、参考様式を市のホームページに掲載しているほか、福祉総務課（市役所1階）で配布しています。

▼選考方法など 応募書類の記載事項を審査の上選考し、結果は応募者全員に書面で通知します。

■問い合わせ・提出先 福祉総務課総務係（〒036-8551、上白銀町1の1、☎40-7037、Eメール fukushisoumu@city.hirosaki.lg.jp）



市民の皆さんから
公募します

弘前市スポーツ推進審議会の委員を募集

幅広く市民の声をスポーツ推進に反映させるとともに、柔軟な発想による意見を求めるため、弘前市スポーツ推進審議会の委員を募集します。

▼応募資格 市内に在住する20歳以上の市民（議員、公務員、市の他の附属機関の委員、および過去に本審議会の公募委員であった人を除く）

▼募集人員 2人程度

▼募集期限 8月28日（金・必着）まで

▼任期・会議の開催など 任期は委嘱の日から2年間。会議は平日の日中に年2回程度開催予定。

▼報酬など 会議1回の出席につき、1万円の報酬と交通費相当額を支給

▼応募方法 次の事項を記入した応募用紙を、郵送、持参、ファクスまたはEメールで提出してください。

①住所・氏名（ふりがな）・性別・生年月日・年齢・職業（就業者の場合は、勤務先または所属団体等の名称・所在地など）・電話番号

②スポーツ活動歴（スポーツ選手としての活動実績、競技団体等の役員歴、大会や研修会等の運営実績、取得資格などがある場合は具体的に記載してください）

③現在、県および他の市町村において審議会等の委員である人は、その審議会等の名称と在任期間

④応募の動機（または自己PR）

⑤市のスポーツ推進に関する意見、提言等（800字程度）

※応募用紙の様式は自由ですが、参考様式を市のホームページに掲載しているほか、スポーツ振興課（市役所4階）、各市営体育施設で配布しています。なお、応募書類は返却しませんので、ご了承ください。

▼選考方法など 応募書類の記載事項を審査の上選考し、結果は応募者全員に通知するほか、選任された人を市ホームページで公表します。また、委員に就任した場合、委員名簿、会議記録等の公開に伴い、委員の氏名が公開となりますことをご了承ください。

■問い合わせ・提出先 スポーツ振興課（〒036-8551、上白銀町1の1、☎40-7115、ファクス35-3884、Eメール sportshinkou@city.hirosaki.lg.jp）

