

1 关于国民健康保险税通知书的邮送及国民健康保险被保险证的更新

国民健康保险是加入者互相出资，在「万一」发生生病或受伤时，能减少医疗费负担的一项互助制度。

今年度的国民健康保险税通知书将于7月15日邮送。

第一期的缴纳期限是8月2日。请在健康保险税缴纳期限内完成缴纳。

另外，现正在使用的国民健康保险证7月31日到期。从8月1日开始将换成新的。

新保险证将于7月末之前邮送。

若改成单位的健康保险时，请务必把国民健康保险证归还市政府。

2 关于令和4年度保育园・认定儿童园・小规模保育设施的入园申请

受理令和4年度(2022年度)保育园、认定儿童园、小规模保育设施的入园申请者的申请。

保育园的入园申请在市政府总部2楼的保育课办理。受理时期:9月1日至30日的平日上午8点30分到下午5点15分。

各综合支所的地域建设推进课在9月1日至24日期间也受理。

请注意:从今年度开始只有市政府的窗口办理申请,各保育园不受理。

认定儿童园和小规模保育园的入园申请受理从9月1日开始。请直接向各园・设施申请。

另外,各设施都有举办设施参观会。

参观会不需预约,但请务必确认参观会的日期与时间。

3 关于中暑的预防事宜

今年夏天也将在对新型冠状病毒的防控中度过，请一定要对中暑严加注意。

中暑不只有发生在室外，在室内也会发生。因此请好好利用空调来调节室温，把房间温度保持在 28 度以下。

为了预防感染，请边做好打开换气扇或窗户等换气工作，边使用空调吧。

戴着口罩时，有时会很难注意到自己口渴了。

在起床时、用餐时、外出时、运动时、入浴时、就寝前时等在还没感觉到口渴时，就请先补充水分吧。

从今年开始，对预计中暑危险率高的日子将会发布「中暑警戒警报」。

在被警戒警报的日子，请尽量少出门，避开酷暑吧。

4 关于灾害时的有用信息

在日本进入梅雨季节或台风季节时下大雨，极易造成河流泛滥、山崩等危险的灾害。

在预计会发生灾害时，气象厅会发布有关大雨的警报
我们自身感到危险时，要尽可能的迅速前往安全的地方避难。

为了外国人能在灾害时，更易明白和理解各种信息，特此设立了一个免费的 APP
「Safety tips」。

此 APP 是观光厅面向外国旅游者开发制作的。除有日语以外，还有英语、汉语、西班牙语、越南语、菲律宾语、缅甸语等 15 国语言。所以对在日本定居的外国人来说也是非常方便的。

APP 对在日本国内发布的紧急地震速报、气象警报、火山喷火信息、中暑信息、交通机构信息、避难指示信息等皆有通知。

请您务必下载使用。