

大丈夫？ 残暑の熱中症対策



9月でも救急搬送されるケースがあります。この時期は夏の疲れが出て夏バテになりやすい上、さらに寒暖差が重なって体調を崩しやすいからです。

過ごしやすい秋を気持ちよく迎えるためにも夏バテを吹き飛ばし、熱中症に強い体づくりを心がけるため、右のチェックシートで自分の生活を見直してみましょう。

ほかにも、簡単にできる熱中症対策を市ホームページで紹介していますので、ぜひ確認してください。

健康課 ☎497-3494



◆今日からできる強い体をつくるコツ◆

- 食事** □朝食を欠かさず食べる
□腹八分目を心がけ、よくかんで食べる
- 運動** □エスカレーターやエレベーターでなく階段を使うようにする
□座りっぱなしの時間を減らす
- 睡眠** □寝る2～3時間前には食事をすませる
□眠るときはポジティブ思考で



チャリティーバザーで販売する物品とボランティアを募集します

ふるさとまつりと同日開催(10月19日(土)・20日(日))する「チャリティーバザー」の準備・開催・片付けをするボランティアとバザーで販売する物品を募集します(売り上げは、地域福祉の充実に活用されます)。

◆物品の受け付け(直接持ち込み)

時 10月9日(火)～11日(金)・15日(火) 9:30～16:00

所 保健福祉センター1階

内 物品は**全て新品か未使用品(本・子ども服を除く)**で日用雑貨(シーツ、タオルなど)、家庭用品(食器類、洗剤など)、衣類全般、手作り品、本

◆ボランティアの詳細

内 ①物品の仕分け、値付け(10月15日(火)～18日(金))

②陳列、販売(10月19日(土)・20日(日))

申 ③ボランティアの申し込みは、9月27日(金)までに社会福祉協議会

☎492-5713へ

指定管理者 | 白井コミュニティセンター・白井児童館

現在の指定管理期間が令和6年度末に終了する白井コミュニティセンターと白井児童館の指定管理者を再募集します。

詳細は市ホームページを確認してください。

説明会 ▶ 9月11日(火)14:30

所 白井コミュニティセンター

申 ③ 9月24日(火)から10月4日(金)までに市民活動支援課 ☎401-4078へ
(白井児童館の問い合わせは子育て支援課 ☎497-3487)



白井コミュニティセンター



白井児童館

児童手当 | 制度改正が行われます

児童手当法が一部改正され、令和6年12月支給分(10月、11月分)から主に次のとおり制度が変わります。

①**所得制限の撤廃** ▶ 所得制限が撤廃され、所得にかかわらず「児童手当」を支給

②**支給対象年齢拡大** ▶ 支給対象児童を高校生年齢(18歳に達した年度末)までに延長

③**多子加算の増額** ▶ 第3子以降についての支給金額を15,000円から30,000円に増額

④**算定児童年齢拡大** ▶ 多子加算カウント対象児童(算定児童)を22歳に達した年度末まで延長

⑤**支払回数の変更** ▶ 支払回数を年6回払い(偶数月)に増加

⑥**支払通知の廃止** ▶ 支払通知が廃止となりますので、通帳記入等でご確認ください。

すべての方が自動的に受給できるわけではなく、一部の方は申請が必要になります。また、申請にあたっては必ず市ホームページの「児童手当月額計算シート」「フローチャート」にて申請書類などを確認してください。



また、高校生年齢以下の児童がいる世帯で、現在市から児童手当を受給していない世帯主宛に8月中旬ごろから申請書を送付しております。制度改正に係る認定通知等は10月下旬ごろから順次発送する予定です(額などに変更がない場合は、認定通知は送付されません)。

申 ③ 30日(月)までに子育て支援課 ☎497-3487へ

項目	令和 6 年 9 月分まで		令和 6 年 10 月分から	
	第 1・2 子	第 3 子以降	第 1・2 子	第 3 子以降
3 歳未満	15,000 円		15,000 円	30,000 円
3 歳以上小学校終了前	10,000 円	15,000 円	10,000 円	
中学生	10,000 円			
高校生年代	支給無し（児童数算出）			
大学生年代	支給無し（児童数算出対象外）		支給無し（児童数算出）	
所得制限限度額以上 所得上限限度額未満	5,000 円（特例給付）		所得制限無	
所得上限限度額以上	支給無し			

ご案内 令和七年梨光式 ～はたちのつどい～

二十歳を迎える人を祝福するための式典を開催します。市内に住所がある人には11月下旬に案内ハガキを発送しますので、12月に入っても届かない場合は問い合わせてください。

詳細は市ホームページにも掲載しています。

時 1月12日(日)10:30～(受け付け9:30～)

所 文化会館なし坊ホール

対 平成16年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた人

他 市外に住所がある人で、案内ハガキの送付を希望する場合は、市ホームページに掲載されている「市外申し込みフォーム」からお申し込みください。

申 生涯学習課 ☎401-8942

