



医療従事者の皆さん ありがとう

5月2日 市内のクレープ店から中央病院の医療従事者の労をねぎらうとともに、感謝の意を込めて片手で食べられるように工夫したクレープ170食が提供されました



- ② 新しい生活様式を取り入れましょう
- ④ 富士市特別定額給付金
- ⑤ カグヤビエプロジェクト
- ⑥ 大雨による土砂災害に備えましょう
- ⑧ ポストモをご利用ください／パブリック・コメント実施結果
- ⑨ 暮らしのたより
- ⑫ 健康観察・行動記録表を活用しましょう

新型コロナウイルス感染症対策のために

新しい生活様式を取り入れましょう！

新型コロナウイルス感染症対策の長期化に備え、厚生労働省から「新しい生活様式」の実践例が公表されました。今回はこの「新しい生活様式」について紹介します。

できるところから取り入れ、感染症の予防に努めましょう。

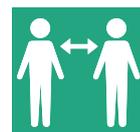


◀新型コロナウイルス感染症に関する最新情報はこちら(市ウェブサイト)

問合せ／保健医療課 ☎55-2739 FAX 53-5586 📧ho-iryuu@div.city.fuji.shizuoka.jp

一人一人の基本的感染対策

●感染症防止の3つの基本



① 身体的距離の確保

- 人との間隔は、できるだけ2メートル(最低1メートル)空ける
- 会話するときは、できるだけ対面を避ける



② マスクの着用

- 外出時、屋内にいるときや会話をするときには、症状がなくてもマスクを着用する



③ 手洗い

- 家に帰ったらまず手や顔を洗う
- 手洗いは30秒程度かけて、水と石けんで丁寧に洗う

●移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える
- 帰省や旅行は控え目にする
- 発症したときのために、誰とどこで会ったかを記録しておく(裏表紙の健康観察・行動記録表を参考にしてください)
- 地域の感染状況に注意する

日常生活を送る上での

基本的な生活様式



密集し人が多く集まる場所を避ける



密接し近くで発声する状況を避ける



空気が流れない密閉した状況を避ける



小まめに手洗いや手指消毒をする



小まめに換気する



毎朝、体温測定や健康観察を行う



せきエチケットを徹底する

! こんな症状が見られたら

持病がある人で、発熱等の風邪症状が見られるなど、ふだんと違う症状がある場合は、まずはかかりつけ医などに電話で相談してください。

症状がある場合は電話を

少なくとも、次のいずれかに該当する場合は、すぐに帰国者・接触者相談センターに電話してください(これらに該当しない場合の相談も可能です)。

- 息苦しさ、強いだるさ、高熱などの強い症状がある場合
- 重症化しやすい人で、発熱やせきなどの比較的軽い風邪の症状がある場合

★高齢者、妊婦、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などを用いている人。

• 右記以外の人で、発熱やせきなど比較的軽い症状が続く場合
※症状には個人差があるため、強い症状だと思つ場合はすぐに相談してください。解熱剤などを飲み続ける必要がある場合も同様です。

「新しい生活様式」各場面での実践例（抜粋）

感染症にかからない・人にうつさないためには、一人一人が意識して行動することが大切です。生活の各場面で、できることから実践しましょう。

🛒 買い物

- 1人または少人数ですいた時間帯に行く
- レジに並ぶときは、前後のスペースを確保する
- 待てる買物は通販を利用する
- 計画を立てて素早く済ます
- 電子決済を利用する
- サンプル品や展示品への接触は控える



🍴 食事

- 対面ではなく、横並びで座る
- 持ち帰りや配達も利用する
- 屋外空間で気持ちよく食べる
- 大皿は避けて、料理は個々に取り分ける
- お酌やグラス、おちょこの回し飲みは避ける



🏃 娯楽・スポーツなど

- 公園はすいた時間・場所を選ぶ
- 筋力トレーニングやヨガは自宅で動画を活用する
- 予約制を利用する
- ジョギングは少人数で行う
- 狭い部屋で長居をしない
- 遊びに行くなら屋内より屋外を選ぶ



💻 働き方の新しいスタイル

- 時差通勤を導入する
- オフィスは広々と使う
- 会議などはオンラインで行う
- テレワークやローテーション勤務をする
- 対面での打合せは、換気とマスクの着用を徹底する



🚶 公共交通の利用

- 会話は控え目にする
- 混んでいる時間帯は避ける
- 徒歩や自転車を利用する



🚫 冠婚葬祭などの親族行事

- 多人数での会食は避ける
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない



熱中症にも注意を！

これからの時期は、気温の上昇や新型コロナウイルス感染症予防のためのマスク着用などにより、熱中症にも注意が必要です。また、新型コロナウイルス感染症の初期症状と熱中症の症状は似ていると言われています。

熱中症について、詳しくは11ページをご覧ください。体調管理を心がけましょう。

▼ 帰国者・接触者相談センター

平日8時30分～17時15分
☎ 050(5371)0561
または
☎ 050(5371)0562
上記以外の時間は
☎ 050(5371)0561

▼ 静岡県庁専用相談ダイヤル

平日8時30分～17時15分
☎ 054(221)8560
または
☎ 054(221)3296

▼ 厚生労働省電話相談窓口

(9～21時)
☎ 0120(56)5653

疫病退散！

カグヤビエプロジェクト進行中！



「疫病がはやったときには自分の姿を写し人に見せよ」と言ったという妖怪「アマビエ」の言い伝えを知っていますか？
この言い伝えにあやかり、富士青春市民の遠藤文美さん（吉原1）がオリジナルキャラクター「カグヤビエ」を考案し、新型コロナウイルス感染症の早期終息を願い活動しています。ぜひ参加してみませんか。

問合せ／シティプロモーション課
☎55-2958 ☎51-1456

カグヤビエプロジェクトとは？

アマビエと富士市に伝わる伝説「かぐや姫」を組み合わせた「カグヤビエ」をデザインした缶バッジなどを通じて、市民の皆さんに新型コロナウイルス感染症対策に楽しく取り組んでもらい、早期終息を目指すプロジェクトです。

カグヤビエプロジェクトに参加しよう！

1 感染症対策（マスクの着用、手指のアルコール除菌など）をして直接協力店に行く

5月22日現在、31店が協力店の登録をしています。最新情報など詳しくは、カグヤビエプロジェクトフェイスブックをご覧ください。



▲協力店に貼ってあるステッカー

2

カグヤビエオリジナル缶バッジをもらう



3

新型コロナウイルス感染症の流行終息後に、オリジナル缶バッジを持って協力店へ行くと、サービスが受けられる

カグヤビエプロジェクト協力店を募集中！

新型コロナウイルス感染症終息後の市内経済活性化やにぎわいづくりのために協力していただける企業・団体などを募集しています。

テレワークの導入、テークアウト営業、マスクや消毒液の寄附など、新型コロナウイルス感染症対策や支援を行っていただければ、協力店として参加いただけます。

申込方法など詳しくは、Eメールまたはフェイスブックのメッセージなどでカグヤビエプロジェクト代表 遠藤 方へ

✉ kaguyabie@outlook.com

このほか、カグヤビエの読み聞かせ動画「カグヤビエものごとたり」の配信やオリジナルグッズの販売を行っています。グッズの売上げはプロジェクトの運営資金に当てられます。詳しくはカグヤビエプロジェクトフェイスブックをご覧ください。



▲詳しくはこちら

カグヤビエで新型コロナウイルスの早期終息を！

日々、新型コロナウイルス感染症の状況が変わる中で、富士市のために何かしたいと思い、司会業という自分の仕事を生かして読み聞かせ動画を作成していました。

そんなとき、厚生労働省が妖怪アマビエをモチーフとした若者向けの啓発用画像を作成するなど、アマビエを描くことで感染症の終息を願う動きが広がっていることを知り、「カグヤビエ」を思いつきました。



カグヤビエプロジェクト代表 遠藤 文美さん

新型コロナウイルス感染症に関する暗いニュースが続いていますが、この大変な状況だからこそ、市民の皆さんが一致団結するきっかけになればうれしく思います。



あなたのカグヤビエを描いてみませんか？

お好きな色で
ご自由に塗って
ください。

大雨による土砂災害に備えましょう！

近年は、激しい集中豪雨や台風が相次いでいます。昨年も台風19号などが深刻な被害をもたらし、全国では1,996件の土砂災害が発生しました。台風でなくても梅雨の時期には、長雨で大量の水が地中にしみ込み、「崖崩れ」や「土石流」、「地滑り」の危険が増加します。今回は、そうした土砂災害から命を守るための4つのステップを紹介します。

問合せ 防災危機管理課 ☎55-2715 FAX 51-2040 ①bousai@div.city.fuji.shizuoka.jp

日頃から家庭や地域で、次の4つのステップについて話し合っておきましょう。

ステップ1 土砂災害の危険区域を知る

市内には、土砂災害の危険区域が231か所存在します。皆さんの自宅周辺の土砂災害危険区域を「富士市防災マップ」や「ふじタウンマップ」で確認しておきましょう。
富士市防災マップとふじタウンマップは、市ウェブサイトでも閲覧できます。



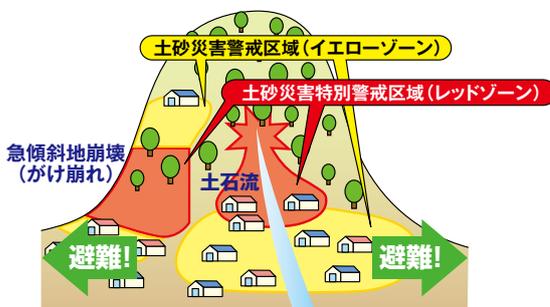
富士市防災マップ



土砂災害の危険区域を確認しておきましょう

ステップ2 避難先を決める

土砂災害の避難の原則は「土砂災害の危険区域から出る」ことです。日頃から、親戚や知人宅、町内会（区）の公会堂など、危険区域外の避難先を考え、安全にたどり着ける避難経路を決めておきましょう。
また、公会堂などを避難先にする場合は、鍵の管理についても、地域で話し合ってください。



風雨が強まる前の早い段階で、土砂災害の危険区域外に避難するのが重要です

チェックポイント

- 我が家の土砂災害からの避難先は？
- 親戚や知人宅
 - 町内会（区）の公会堂
 - 各地区まちづくりセンター（早期避難場所として風雨が強まる前の段階で開設）

避難が遅れてしまった場合は「いつとき待避所」への避難を！

「いつとき待避所」とは、自宅や近隣の頑丈な建物の2階以上のうち、土砂が襲ってくる方向からできる限り離れた部屋のことで、避難が遅れてしまった場合に緊急的に待避する場所のことです。

既に周囲で道路冠水や土砂災害が発生している場合など、屋外に出ることが危険な状態であれば、「いつとき待避所」へ避難してください。

【いつとき待避所】

- 自宅の2階以上
- 近隣の頑丈な建物の2階以上
- 崖崩れ・土石流が襲ってくる方向からできる限り離れている部屋



ステップ
3

土砂災害からの避難の
タイミングを知る

昨年度から、避難に関する情報や気象情報を「警戒レベル」として5段階に分け、危険区域に住んでいる人などが取るべき行動を段階に応じた明瞭化しました（左表）。

避難に関する情報

避難に関する情報は、危険区域に住んでいる人などに避難行動を促すため、気象情報や土砂崩れなどの前兆現象があった場合などに市の判断で発令します。

なお、「警戒レベル5 災害発生

情報」は、市内が被災したことを確認した場合、可能な範囲で発令する情報です。必ず発令するものではありません。

気象情報

気象情報は、降雨量などを基に気象庁が発表するものです。昨年度から「大雨警報 警戒レベル3相当」など、気象情報に警戒レベル相当の情報を追記して発表されることになりました。テレビ、ラジオ、スマートフォンなどの身近なものを利用して、気象情報を入手してください。

ステップ
4
情報の入手手段を
確保する

気象や避難に関する情報をどのような手段で入手するか、事前に確認し、情報を得る練習をしておきましょう。

① テレビを使った情報収集

テレビの「dボタン」を押すと表示されるデータ放送で、市内に発表されている気象警報や降水量、河川水位、避難場所の開設状況などを知ることができます。



② 同報無線を使った情報収集

市は、「避難に関する情報」だけでなく、「大雨警報」などの気象情報を同報無線でお伝えします。大雨の場合には、屋外のスピーカーからの情報が聞き取りにくくなるため、「富士市メールサービス（同報無線情報）」の登録や、「富士市防災ラジオ」の準備もしておきましょう。



「富士市メールサービス（同報無線以外も登録可）登録用メールアドレス」
f.tuji@sgn.jp に空メールを送信してください
※下記二次元コードも利用できます。



※スマートフォンアプリ「ポストモ」からも登録できます。詳しくは8ページをご覧ください。

③ パソコンなどを使った情報収集

市内の雨量、水位情報のほか気象レーダーや、河川監視カメラの映像も見ることができます



サイボスレーダー 検索

市内の土砂災害のおそれのある場所のほか、大雨などの際には危険性を色で示した地図を見ることができます



静岡県土砂災害情報 検索

【避難のタイミングを明確化】

危険区域の住民 → 警戒レベル3：高齢者などは避難 警戒レベル4：全員避難

警戒レベル	危険区域の住民等がとるべき行動	避難に関する情報	気象情報
警戒レベル5	既に災害が発生している状況です。命を守るための最善の行動をとりましょう。	災害発生情報	大雨特別警報 氾濫発生情報
警戒レベル4 全員避難	速やかに避難場所へ避難しましょう。避難場所までの移動が危険と思われる場合は、近くの安全な場所や、自宅内のより安全な場所に避難しましょう。	避難指示（緊急） 避難勧告	土砂災害警戒情報 氾濫危険情報等
警戒レベル3 高齢者等避難	避難に時間を要する人（高齢者、障害のある人、乳幼児など）とその支援者は避難を開始しましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。	避難準備・高齢者等の避難開始	大雨警報 洪水警報等
警戒レベル2	避難に備え、自らが決めた避難先や支援者との連絡をとるなど、自らの避難行動を確認しましょう。		大雨注意報 洪水注意報等
警戒レベル1	災害への意識を高め、今後の雨の降り方などに注意しましょう。		早期注意情報 (警報級の可能性)

ポストモをご利用ください

メールサービス配信アプリ「ポストモ」(無料)をスマートフォンにインストールすると、市メールサービスで配信している情報のうち4つのサービスを受信することができます。簡単に登録でき、メール機能を利用せずに情報を確認できるので、ぜひご利用ください。

アプリのインストールはこちら
お持ちのスマートフォンに合わせて以下の二次元コードから選んでください。



▲iPhone



Android▲

受信できる内容

- 火災情報 ●同報無線情報 ●事件等発生情報 ●かぐやひめーる・ふじ

※配信する内容は上記の4つです。富士市メールサービスのように、配信カテゴリを選択することはできません。

登録手順

1

初めて登録するとき
アプリを開き、「コンテンツを探す」を押す



追加で登録するとき
画面下部の「購読リスト」、上部の「+」の順で押す



2

「コンテンツを探す」メニューが表示されるので、フリーワード検索で「富士市」と入力し検索



3

表示された富士市「情報配信サービス」を押す



4

右下の「+」マークを押すと登録が完了します。右上の「×」マークを押し、情報を確認してください



※アプリは無料ですが、インストールなどにかかる通信費は利用者の負担となります。

※スマートフォン専用アプリです。パソコンやフィーチャーフォン(ガラケー)での利用はできません。パソコンやフィーチャーフォンで登録したい場合は「富士市メールサービス」(市ウェブサイトまたは7ページ参照)をご利用ください。

パブリック・コメント

【令和元年度 実施結果を報告します】

パブリック・コメントは、市が策定する基本的な計画や、市民生活に関わりの深い条例などを素案の段階で公表し、広く意見を求める制度です。昨年度は5件実施し、24人から49件の意見が提出されました。



▶パブリック・コメントについて詳しくはこちら

No.	案件名	担当部署	意見募集期間	意見提出数		意見の反映結果 (件)					ウェブアクセス数 (件)
				人数 (人)	件数 (件)	反映	盛り込み済み	参考	反映しない	その他	
1	富士市観光基本計画 見直し	富士山・観光課	12月13日 ~令和2年1月15日	5	15	0	6	5	0	4	255
2	生物多様性ふじ戦略	環境保全課		1	7	0	0	4	1	2	233
3	第二期富士市子ども・子育て支援事業計画	こども未来課		2	6	0	4	0	2	0	305
4	富士市子どもの未来サポートプラン	こども家庭課		2	7	0	4	2	0	1	214
5	富士市立小中学校適正規模・適正配置基本方針	教育総務課	令和2年2月28日 ~3月31日	14	14	0	0	10	0	4	1,674
令和元年度合計				24	49	0	14	21	3	11	2,681



マークまたは二次元コードがついているものは
詳細情報をウェブで公開しています。

暮らしのたより

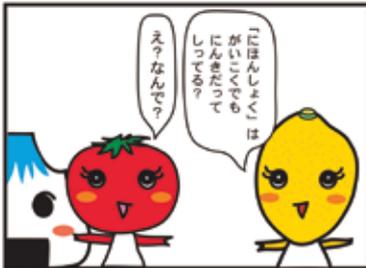
6月は食育月間です ～毎月19日は、食育の日～ 保健医療課食育推進室 ☎55-2884

1日3食、バランスのよい食生活を心がけ、免疫力を高めよう！
毎食、主食（ご飯・パン・麺）、主菜（魚・肉・卵・大豆製品）、副菜（野菜・海藻・きのこ）を取りそろえると、栄養バランスがよくなるびん！

富士市食育
キャラクター
「むすびん」▶



「ヘルシーな日本のごはん！」の巻 さく/あしざわまさひと



カロリーも考えよう！
栄養バランスも大切だけど
カロリーバランスも大事です。



公共の空き地でコスモスの 里づくりをしてみませんか

みどりの課 ☎55-2793

花いっぱい事業の一環として、コスモスの種を無料で配布します。

④6月26日(金) (必着) までに、はがきまたはFAXに住所、氏名、電話番号、種をまく場所、面積を記入し、〒417-8601 富士市役所みどりの課へ ☎53-2772

2020健康まつりを中止します

健康政策課 ☎64-9023

9月27日(日)にフィランセで開催を予定していた2020健康まつりは、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、今年度は開催を中止します。

労働保険料等の申告・納付

静岡労働局 ☎054-254-6316

④7月10日(金)まで
④最寄りの金融機関または静岡労働局、労働基準監督署へ、申告書を添えて労働保険料などを納付
※申告書のみを提出する場合は、期限までに静岡労働局労働保険徴収課または労働基準監督署へ提出してください(電子申請による申告・納付も可)。
※便利な口座振替納付もぜひご利用ください。

母子家庭等医療費助成制度の手続きをしてください

こども家庭課 ☎55-2738

- ④次の要件全てに該当する家庭
- ★母子・父子家庭、両親のいない家庭、配偶者に重度の障害がある家庭、配偶者がDV保護命令を受けたため、その扶養を受けることのできない家庭のいずれか
- ★20歳未満(7月1日時点)の児童を扶養していること
- ★申請者及び医療費の給付を受ける人と同居している直系血族・兄弟姉妹に対して、令和元年中の所得に所得税が課せられていないこと
- ※ただし、課税されている家庭でも、扶養している児童の年齢・人数などにより、対象になる場合があります。
- ④6月30日(火)までに、市から郵送される申請書と必要書類を併せて、返信用封筒で返送
- ※現在受給者証を持っている人は、必ず手続きをしてください。受給者証を持っていない人でも、助成対象と思われる場合はお問い合わせください。

6月の水道料金・下水道使用料 上下水道お客様センター ☎67-2873

～納入は便利で確実な口座振替で～

- ④直接、市指定金融機関の窓口へ
- ④通帳・印鑑(届印)・水栓番号(各世帯配付の「使用水量等のお知らせ」に記載)

※納入は2か月に1度です(地区によって納入月が異なります)。

- 納入期限 6月30日(火)
(納入通知書は、6月中旬に郵送します)
- 口座振替日 6月29日(月)



※特に記載のない場合、費用は無料。

記号の説明 ④…とき ④…場所 ④…内容 ④…対象・定員 ④…持ち物 ④…費用等 ④…申込み ④…問合せ
④…託児あり(詳しくは上記二次元コードをご覧ください) ※特に記載のない場合、費用は無料。



子育て支援員研修

保育幼稚園課 ☎55-2928

🕒 **基本研修** 10月16・23日の各金曜日 計2回 **専門研修** 10月30日、11月13・20・27日の各金曜日 計4回
いずれも9:00~16:00

※保育士資格・幼稚園教諭免許を所持している場合など、科目の一部が受講免除になることがあります。

📍 富士市教育プラザ会議室

👤 市内の保育施設に勤務している人または今後勤務を希望する人
各研修40人（先着順）

💰 資料代500円

※専門研修は別途保菌検査料金260円が必要になります。

📧 6月23日~7月15日に、市ウェブサイトで電子申請するか、直接またはFAXで保育幼稚園課へ

☎55-2979

※基本研修のみ、専門研修のみ、基本研修と専門研修両方の申込みができます。

夜間納税相談

6月25日(木) 17:15~19:00
収納課 ☎55-2730

🌐 スパイスからの本格ポークカレー作り

少年自然の家 ☎35-1697

家族や友人同士でカレーや焼きマッシュマロを作ってみませんか？大人一人でも参加できます。

🕒 7月12日(日) 11:00~13:30

※雨天決行・荒天中止。天候によってはプログラムを変更する場合があります。

📍 丸火自然公園西グリーンキャンプ場炊飯棟

👤 15人（先着順）

💰 小学生以上1,200円（未就学児は割引あり）

👜 軍手、水筒、雑巾、マスク

📧 6月20~30日に少年自然の家ウェブサイトで電子申請するか、8:30~17:00に電話で少年自然の家へ

※22・29日は休所日のため、電話での受付はできません。



講座・教室

認知症サポーター養成講座

高齢者支援課 ☎55-2916

認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守り、支援する「応援者」になるための講座です。

🕒 7月11日、8月8日 各土曜日 13:30~15:30

📍 フィランセ東館2階ふくし学習室・体験室

🗨️ 認知症とは、認知症の症状・診断・治療・予防、認知症の人への接し方、サポーターにできること

☎ 各開催日前日までに電話で高齢者支援課へ

「ふじ広報室」富士市の情報動画で配信中!

ケーブルテレビ地上デジタル(月~金曜日)

111チャンネル 7:35~

112チャンネル 12:35~

121チャンネル 9:50~、18:35~

※YouTubeでも公開しています。



募集



市水道庁舎の利活用方法

上下水道経営課 ☎67-2814

上下水道部の事務所移転により、現在、市水道庁舎は利用していません。そこで土地・建物の一括譲渡を含めた利活用方法を検討するため、皆さんからの提案・要望を広く募集します。

🕒 6月30日(火)まで

📧 「市水道庁舎に関するサウンディング型市場調査実施要領」を確認の上、参加申込書（実施要領・申込書とも市ウェブサイトからダウンロード可または上下水道経営課で配布）に必要事項及び提案などを記入し、直接または郵送・FAX・Eメールで、〒416-8686 富士市役所上下水道経営課（県富士総合庁舎内）へ
※6月19~25日に市水道庁舎の見学会を開催します。参加を希望する場合は事前に申込みが必要です。

富士マリンスポーツのオープン中止について

スポーツ振興課 ☎55-2876

6月27日(土)にオープンを予定していた富士マリンスポーツは、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、来場者の健康と安全を第一に考え、今年度のオープンは中止とします。

富士総合運動公園温水プールの利用が終了します

環境クリーンセンター移設に伴い、熱源供給が停止されるため、6月末日をもって富士総合運動公園温水プールの利用を終了します（軽体育室の利用及び総合運動公園内施設の予約受付などについては、引き続き温水プールの受付窓口で行います）。

プールの利用終了に伴い、未使用の回数利用券の払戻しを以下の期間に行います。詳しくは温水プールまでお問い合わせください。

🕒 6月15日~12月28日

※12月29日以降は、払戻しできませんのでご注意ください。

📍 富士総合運動公園温水プール2階受付

💰 払戻しの金額（1枚当たり）

大人：333.33円、小中高生：166.67円、幼児：83.33円

※各合計額の1円未満の端数は四捨五入。

☎ 温水プール ☎36-2131

なお、市内には県富士水泳場やプールを有する民間施設などがありますので、プールでの運動の継続を検討している人は、ぜひご利用ください。

📍 県富士水泳場（大淵266）

🕒 10:00~21:00（入場は20:30まで）

※トレーニングルームは10:00~20:45（入場は20:30まで）。

☎ 県富士水泳場 ☎35-6022



マークまたは二次元コードがついているものは詳細情報をウェブで公開しています。そちらもご覧ください。

広報ふじ

検索

令和3年4月採用 富士市職員採用試験夏日程のお知らせ

人事課 ☎55-2711

一次試験 7月12日(日)

職種	会場
一般事務職（一般採用・大卒程度、障害者採用）、土木技術職、福祉施設保育士・幼稚園教諭（一般採用）、保健師	富士市役所またはラ・ホール富士
消防職（大卒）	富士市立看護専門学校

6月19日(金)17:00までに市ウェブサイトで電子申請してください。
 ※受験資格など詳しくは、市ウェブサイトの試験案内をご覧ください。試験案内は人事課（市役所8階）及び各地区まちづくりセンターで配布しています。
 ※中央病院の採用試験は7月26日(日)・27日(月)に実施する予定です。
 ※秋日程については、8月上旬に改めてお知らせします。

富士市議会の傍聴自粛を

6月定例会（6月15日(月)開会）の各会議は、新型コロナウイルス感染症の影響により傍聴を自粛いただきますよう、ご理解ご協力をお願いします。

※本会議は市ウェブサイトで生中継、録画配信していますので、ご覧ください。

議会事務局 ☎55-2878

屋内でも危険です！熱中症に注意しましょう

保健医療課 ☎55-2739

気温が上がるこれからの時期は、熱中症の発生が多くなります。屋外での活動中はもちろんですが、屋内での熱中症にも注意が必要です。今年の、市内における熱中症発生件数のうち約54%が屋内で発症しています。

熱中症は、重症になると命に関わる危険性があります。暑さを避け、マスクを着用している時にも小まめな水分補給を忘れないよう、適切な予防に努めましょう。

市内の発生状況

昨年5～9月の熱中症による救急搬送は123件でした。高齢者の割合が高く、搬送された人の45%が65歳以上でした。高齢者は、暑さや水分不足に対する感覚機能が低下しているため、自分でも気づかないうちに、熱中症になることがあります。

予防ための心がけ

屋内でも、屋外でも、「自分は大丈夫」と過信せず、次の3つのことを心がけましょう。

- **暑さを避ける** 通気性のよい衣服を着用し、屋外では、帽子や日傘を活用しましょう。屋内では、扇風機やエアコンを上手に使いましょう。
- **小まめに水分補給をする** 気づかないうちに脱水症状が進んでいる場合があります。喉が渇いていなくても、小まめに水分補給をしましょう。
- **声をかけ合う** 一人一人が周囲に気を配り、声をかけ合うことで、熱中症の発生を防ぐことができます。特に、高齢者や子どもは、周囲が協力して見守りましょう。

熱中症を疑う症状とは

熱中症は、体の内と外の「暑さ」によって引き起こされる、様々な体の不調です。次の症状があったら熱中症を疑いましょう。

- **軽度** 目まい、立ちくらみ、大量発汗、筋肉の硬直（こむら返り）、手足のしびれ
- **中度** 頭痛、吐き気、倦怠感、虚脱感
- **重度** 意識がない、けいれん、手足の運動障害、高体温、呼びかけに対する返事がおかしい

※自力で水が飲めない、意識がないなどの場合、直ちに救急車を呼びましょう。



6月の救急当番医

Emergency Hospitals Available on Holidays
 Pronto Socorro em atendimento fim de semana e feriados

救急当番医案内
 ☎51-9999

6月の接骨師会 休日当番

と き	産婦人科 Gynecology & Obstetrics Gineco-Obstetrica 8:00~18:00	眼 科 Ophthalmology Oftalmologia 9:00~17:00	耳 鼻 科 Otorhinolaryngology Otorrinolaringologia 8:00~17:00	柔道整復 Bonesetter Clinica de osteopatia 9:00~17:00
7日	中島産婦人科医院 51-4188 青島町	杉浦眼科 65-8500 川成新町	かみで耳鼻咽喉科クリニック 53-3321 伝法	渡辺接骨院 61-0548 富士町
14日	富士レディースクリニック 21-1111 富士見台	花崎眼科 66-0100 青葉町	わかばやし耳鼻咽喉科 ⁽⁰⁵⁵⁾ 933-3311 沼津市	よしだ接骨院 88-1190 計土見台
21日	長谷川産婦人科医院 53-7575 吉原5	富士宮ごとう眼科 ⁽⁰⁵⁴⁴⁾ 21-3100 富士宮市	三島中央病院 ⁽⁰⁵⁵⁾ 971-4133 三島市	富士中島整骨院 38-9653 中島
28日	船津クリニック 65-7272 川成新町	加藤医院吉原分院 57-3000 中央町1	なめり竹山耳鼻咽喉科クリニック ⁽⁰⁵⁵⁾ 980-4133 長泉町	たなか接骨院 21-3670 石坂

内科・小児科・外科

Internal Medicine/Pediatrics/Surgery
 Clinica Geral/Pediatria/Cirurgias

歯科

Dentistry
 Dentistas

救急医療センター ☎51-0099 津田217-2 平日19:00~翌8:00 土曜日14:00~翌8:00 日曜日・祝休日 9:00~翌8:00
 (診療上の注意) 必ず保険証とお薬手帳(ある場合)を持参してください。緊急性により診察順が変わります。
 投薬は1日分です。子どもが受診する場合は、早目の時間帯にお越しください。
 ※発熱や風邪の症状がある人が受診する場合は、事前に電話で申し込むか、センターに入る前に正面玄関のインターホンで連絡してください。

共立蒲原総合病院(主に内科) ☎81-2211 中之郷 2500-1

診療可能な科目や時間帯は日によって異なります。受診の際は、必ず病院へ電話でお問い合わせください。

歯科医師会館 ☎53-5555

伝法2850-3

日曜日・祝休日 9:00~12:00

13:00~16:00

※感染症対策として、イベント等を変更・中止する場合があります。最新情報はウェブサイトなどをご確認ください。

記号の説明
 🕒…とき 📍…場所 🗨️…内容 🧑‍🎓…対象・定員 🧳…持ち物 💰…費用等 📧…申込み 📞…問合せ
 👶…託児あり(詳しくは上記二次元コードをご覧ください) ※特に記載のない場合、費用は無料。

健康観察・行動記録表を活用しましょう

保健医療課 ☎55-2739

日々の健康観察や、同居者以外の人と会ったときの状況を書き留めておくことが感染症対策の一つとなります。以下の参考様式をコピーして記録をつけましょう。市ウェブサイト（右記二次元コード）からもダウンロードできます。また、静岡県の行動記録表の様式も公開しています。ぜひご活用ください。

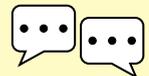


新型コロナウイルス感染症 健康観察・行動記録表（参考様式）

氏名：

No.	日付	健康観察				同居者以外の人との接触状況 (いつ頃、誰と、どこで など)
		体温	呼吸器症状	倦怠感	その他	
記入例	6月5日	36.7度	せき	有・ 無	頭痛	9:00~12:00に職場で営業2課の同僚と接触
1				有・無		
2				有・無		
3				有・無		
4				有・無		
5				有・無		
6				有・無		
7				有・無		
8				有・無		
9				有・無		
10				有・無		
11				有・無		
12				有・無		
13				有・無		
14				有・無		

新型コロナウイルスについての相談窓口



症状がある人 (症状については2ページ下部参照)

帰国者・接触者相談センター (平日8:30~17:15)

☎050-5371-0561または☎050-5371-0562

※上記以外の時間は☎050-5371-0561

症状はないものの相談したい人

静岡県庁専用相談ダイヤル (平日8:30~17:15)

☎054-221-8560または☎054-221-3296

厚生労働省電話相談窓口 (9:00~21:00)

☎0120-565653

こちら編集室「私のストレス解消法」

家で過ごすことが多くなった今日この頃ですが、1人で車を運転しているときには、お気に入りの歌に合わせて大声で歌うのがストレス解消手段の一つになっています。携帯電話に入っている約8,000曲の中から、歌詞を覚えている歌や、サビの部分だけ歌える歌など200曲くらいを選んでプレイリストを作成し、シャッフル再生して楽しんでいます。最近カラオケに行っていないせいか、年齢のせいか、高い声が出づらくなってしまいましたが、誰にも聞かれていないと思い、裏声でごまかしながら歌っています。(AdC)

【人口と世帯】 5月1日現在

人口：252,724人 (前月比+119)

男125,244人 女127,480人

世帯：107,682世帯 (前月比+269)

【編集・発行】

総務部シティプロモーション課

〒417-8601 静岡県富士市永田町1-100

☎0545-55-2700 ☎0545-51-1456

UD FONT
by MORISAWA

富士市コールセンター

おしえてコールふじ

☎53-1111

受付時間/8:30~18:00

受付日/年末年始除く毎日