



## お知らせ

# これからの熱中症予防のポイント

## 熱中症に注意しましょう

これからの時期は、熱中症の発生が多くなります。また、マスク着用で、熱中症のリスクが高まります。熱中症は重症になると命に関わる危険性があるため、暑さを避け、適切な予防に努めましょう。

### その症状、熱中症かも



熱中症は、体の内と外の「暑さ」によって起きる様々な不調です。次の症状があったら熱中症を疑いましょう。

◆**軽度** めまい、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、呼びかけへの返事がおかしい

※周りに自力で水が飲めない人や、意識のない人がいるような場合は、すぐに救急車を呼びましょう。

### 予防のための心がけ



熱中症予防と感染症対策を意識し、これからの暑い時期を乗り越えましょう。

高齢者、子どもは熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。

密集、密接、密閉を避けつつ、熱中症にも気をつけるよう周囲の人からも積極的な声かけをお願いします。

### 熱中症を予防するには



暑さを避ける

・感染症予防のため、換気扇や窓の開放で換気しつつ、エアコンで小まめに温度調整

・暑いときには無理をしない  
急に暑くなった日は特に注意

適宜マスクを外す

・気温、湿度が高いときのマスク着用は要注意

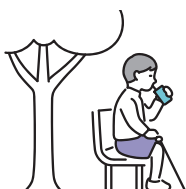
・人と十分な距離（2メートル以上）を確保でき、会話をほとんど行わない場合などは、マスクを外す

・マスク着用の際は負荷のかかる作業や運動を避け、人との距離を確保し、適切にマスクを外し休憩をとる

小まめな水分補給

・喉が渇く前に水分補給を  
・1日当たり1.2リットルを目安に

・大量に汗をかいたときは塩分補給も忘れずに



### 問合せ

保健医療課

☎(55)2736 ☎(55)5586

✉ho-iryuu@div.city.fuji.shizuoka.jp



## お知らせ

# 令和4年4月から

## 不妊治療が保険適用となりました

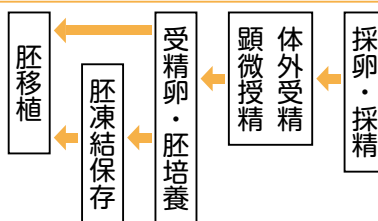
人工授精などの「一般不妊治療」と体外受精などの「生殖補助医療」が、新たに保険適用となりました。富士市の不妊治療にかかる補助制度についてお知らせします。

関係学会のガイドラインなどで有効性・安全性が確認された次の治療は、全て保険適用となります。

### 一般不妊治療

タイミング法  
最も妊娠しやすい日時を医師から指導を受け、妊娠を目指す方法

### 生殖補助医療



※保険適用について詳しくは、受診する医療機関に相談・確認してください。

### 富士市の補助制度（令和4年度）

補助金額／治療に要した額（自己負担分）の2分の1（上限50万円）  
対象者／夫または妻が富士市在住の夫婦（事実婚含む）

対象の治療／保険診療適用治療及び保険診療適用外治療

※補助金の交付回数は、通算して5か年までです。

※現状、年齢制限はありませんが、特定不妊治療（体外受精・顕微授精・男性に対する治療）については、身体的・精神的負担の軽減や、より安全・安心な妊娠・出産のため、令和5年度から、「43歳未満（治療開始時点の女性の年齢）」を対象に変更する予定です。

※不妊治療・不育治療証明書は、今年度の治療を開始したらずに医療機関に依頼してください。また、補助限度額に達したときや、治療が終了したときは、速やかに申請を行ってください。

### 限度額適用認定証の利用を

保険適用の治療を受ける場合、事前に健康保険証の交付を受けている各保険組合等に限度額適用認定証の申請を行い、その認定証を医療機関に提示して受診してください。

### 問合せ

地域保健課（フィランセ西館）

☎(54)8964 ☎(54)9030

✉ho-chiiki@div.city.fuji.shizuoka.jp



▲詳しくはこちら