

自然災害により被災した市民の方へ

このパンフレットは、自然災害により被害に遭われた市民に対して行う支援制度やその手続き等について、まとめたものです。

御不明な点がございましたら、担当課へ御相談ください。

- 自然災害に係る災証明書・被災届出証明書について・・・・・・・・・・ 1P
※ピッタリサービスのオンライン申請も可能です。
- 災害救助資金融資制度について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2P
- 救援物資・見舞金等について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3P
※見舞金等についてはピッタリサービスのオンライン申請も可能です。
- 台風等で被災した住宅のゴミの分別について
台風等で浸水した住宅の消毒作業及び消毒薬の無料配布について・・ 6P
- 被災ごみの搬入施設について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 8P
※ピッタリサービスのオンライン申請も可能です。
- 固定資産税の減免及び住宅用地の特例手続きについて・・・・・・・・ 10P
- 市営住宅への暫定入居について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 11P
- 被災農業者向け経営体育成支援事業について・・・・・・・・・・・・ 12P
- 災害資金利子補給金・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 13P
- 災害による介護保険料の減免制度・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 14P
※ピッタリサービスのオンライン申請も可能です。
- 国民健康保険税と医療費一部負担金の減免手続きについて・・・・ 15P
- 被災による国民年金保険料の免除について・・・・・・・・・・・・ 16P
- 健康相談等について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 17P～

自然災害に係るり災証明書・被災届出証明書について

●り災証明書・被災証明書について

風水害や地震などの自然災害によって家屋や家財等が被害を受けた際、保険請求や公的支援の手続きのために、り災証明書・被災届出証明書が必要となる場合があります。

り災証明書

(1) 対 象 自然災害により被害を受けた住家（住居のために使っている建物）を対象に、市職員による被害調査を行い、その被害程度（全壊、半壊等）を証明するものです。

なお、り災証明書の発行には、受付から1ヶ月程度の時間を要します。（風水害の場合）

(2) 申 請 先 危機管理課、各総合支所地域生活課

(3) 手 数 料 無料

※ 申請書は、都城市ホームページからもダウンロードできます。

被災届出証明書

(1) 対 象 自然災害により被害を受けた住家及び非住家（雨樋、瓦、カーポート、物置等）の一部や電化製品等の破損について、被害の届出があった証明をするものです。

なお、同一世帯以外の近隣住民の現認が必要となります。

(2) 申 請 先 危機管理課、各総合支所地域生活課

(3) 手 数 料 無料

※ 申請書は、都城市ホームページからもダウンロードできます。

参考：自然災害とは？（災害対策基本法第2条より抜粋）

（定義）

第二条 この法律において、次の各号に掲げる用語の意義は、それぞれ当該各号に定めるところによる。

一 災害 暴風、竜巻、豪雨、豪雪、洪水、崖崩れ、土石流、高潮、地震、津波、噴火、地滑りその他の異常な自然現象又は大規模な火事若しくは爆発その他その及ぼす被害の程度においてこれらに類する政令で定める原因により生ずる被害をいう。

災害救助資金融資制度について

自然災害により、被害を受けた世帯の世帯主に対し、その災害の復旧を図るために要する資金を融資する制度です。

市は、利率2.9%で融資を行い、年利1.0%を補給します。

(1) 対 象

- ①動産の買替えの費用
- ②家屋の修補の費用
- ③商品の買替えの費用
- ④家屋の敷地の盛土に要する費用
- ⑤家屋の移転に要する費用
- ⑥ブロック塀等宅地の工作物の修復に要する費用
- ⑦宅地に流入した土砂等の搬出に要する費用
- ⑧農業用施設の修復に要する費用
- ⑨商業施設の修復に要する費用
- ⑩工業生産設備の修復に要する費用

(2) 要 件

- ①市内に住所を有し、かつ、市内において被災を受けたこと
- ②自己資金のみでは、災害の復旧に要する費用を負担することが困難であること
- ③融資を受けた資金の償還について、支払能力を有すること
- ④市税の滞納がないこと
- ⑤連帯保証人が1人あること

(3) 融 資 額

10万円以上200万円以内

(4) 利 率 2.9%

(5) 償還方法

償還方法は最長10年以内（融資額により異なる）となります。

※宮崎銀行による融資審査が必要となります。

(6) 問合せ窓口

危機管理課 危機管理・防災担当

Tel：0986-23-2129

救援物資・見舞金等について

(1) 救援物資の配布

日本赤十字社 宮崎県支部 都城市地区（市福祉課内）

品目	家屋の全壊、半壊、流出、床上浸水及び 避難所等に避難を要する場合
毛布	1人に対し1枚（夏季 6月～9月） 1人に対し2枚（冬季10月～5月）
タオルケット	1人に対し1枚（夏季のみ）
ブルーシート	1世帯に対し1枚
緊急セット	1世帯に対し1個（4人につき1セット）
緊急セットの内容 タオル4枚、ウェットティッシュ1個、ポケットティッシュ1組（4個）、軍手4双、 ゴム手袋1双、コップ1組（4個）、スプーン・フォークセット1組（各4本）、物干し ロープ1本、洗濯バサミ1組（10個）、救急絆創膏 ^{ばんそうこう} 1組（15枚）、弾力包帯1巻、ガ ーゼ8枚、マスク4枚、歯ブラシ1組（4本）、毛抜1本、風呂敷1枚、携帯ラジオ1 台、懐中電灯1台、天チャックポーチ1個、鉛筆1本、メモ用紙1冊、ブックレット1 冊、挨拶状1枚、バッグ（外袋）1枚 ※ 携帯ラジオ用アルカリ電池（単3型2本）、懐中電灯用アルカリ電池（単4型4本） ※ ブックレット「災害時の気をつけたい症状」	

- (注) 1 夜間、休日の場合は、後日お届けする場合があります。
- 2 避難所等に避難されたときは、タオルケット、ブルーシートを配布するこ
とができない場合があります。
- 3 この事業は、日本赤十字社への寄附金や募金により行われています。
- 4 この事業では、被災者が行う手続きはありません。
- 5 内容物については調整することがありますので、ご了承ください。

■その他の支援■

- 被災した家屋等の片付けなどのお手伝いを行うボランティアが必要な場合は、
都城市社会福祉協議会（都城市ボランティアセンター）
（0986-25-7318）へお問い合わせください。

(2) 災害見舞金の支給

① 都城市福祉課

被災の内容		災害見舞金の額 (一住居当たり)
災 害	ア：世帯員が死亡した場合	40万円
	イ：住居の全体が滅失（全壊、流出の全てを含む。）した場合	40万円
	ウ：二次火災による全焼の場合	40万円
	エ：住居が大規模半壊した場合	30万円
	オ：住居が中規模半壊・半壊した場合	20万円
	カ：二次火災による半焼の場合	20万円
	キ：床上浸水による被災の場合	20万円
	ク：次に掲げる費用の合計額が50万円を超える被災の場合 ①家財の買替えの費用 ②家屋の補修費用 ③宅地に流入した土砂等の搬出に要する費用 ④ブロック塀等宅地の工作物の修復に要する経費	5万円
	ケ：教科書を損傷し、又は焼失した場合 (小・中学校長の証明のあるものに限る。)	実 費

- (注) 1 災害見舞金（災害による死亡又は教科書を損傷し、又は焼失した場合を除く。）は、重複して支給されることはありません。
- 2 支給に必要な書類は次のとおりです。
- ・都城市災害見舞金支給申請書
 - ・身分証の写し
 - ・口座が分かるものの写し
 - ・り災証明書又は被災届出証明の写し
(申請書裏面の同意欄にチェックした場合は不要)
 - ・被災を証明する写真
(申請書裏面の同意欄にチェックした場合は不要)
 - ・見積書、領収証
(家財の買替えや家屋の補修等で50万円超の被災区分で申請する場合)
- 3 被災者又は被災者の親族若しくは同居人の故意に基づく時は支給されません。
- 4 申請者は、被害を受けた住居に居住する世帯の代表者です。
- 5 申請が可能な期間は、自然災害の発生した日から起算して13月を経過する日まで
- 6 ア～キについては、申請書をり災証明書の調査後、対象となる方に送付する予定です。ク、ケについてはお問い合わせください。聞き取り後、対象となる方に申請書を送付します。

②都城市社会福祉協議会

被災の内容		災害見舞金 (一住居当たり)
災害	世帯全員が死亡した場合	10万円
	住居の全体が消失(全壊、流出の全てを含む。)した場合	10万円
	床上浸水による被災の場合	3万円

- (注) 1 この事業は、忌明寄附や善意銀行からの拠出金によって行われています。
 2 この事業では、被災者が行う手続きはありません。

(3) 都城市災害時安心基金支援金の支給

被害の程度	支援金の額 (一世帯当たり)
全壊	20万円
大規模半壊	15万円
中規模半壊又は半壊(床上浸水含む)	10万円

- (注) 1 支給に必要な書類は次のとおりです。
 ※災害見舞金の申請で添付したものは省略できます。
 ・都城市災害時安心基金支援金申請書
 ・身分証の写し
 ・口座が分かるものの写し
 ・り災証明書又は被災届出証明の写し
 (都城市災害見舞金支給申請書裏面の同意欄にチェックした場合は不要)
 ・被災を証明する写真
 (都城市災害見舞金支給申請書裏面の同意欄にチェックした場合は不要)
 2 申請者は、被害を受けた住居に居住する世帯の世帯主です。
 3 申請が可能な期間は、自然災害が発生した日から13月を経過する日までです。
 4 申請書はり災証明書の調査後、対象となる方に送付する予定です。

(1)、(2)①、(3)については

福祉課地域共生担当(Tel0986-23-0963)までお問い合わせください。

台風等で被災した住宅のごみの分別について

(1) 家財などのごみの分別方法

ごみの出し方の方法などについては、都城市 HP「家庭ごみの出し方、分け方を紹介します」を確認ください。

※不法投棄は犯罪です。ごみなどを不法投棄した場合は、廃棄物処理法により 5 年以下の懲役もしくは 1,000 万円以下の罰金または両方が科せられますので、ルールを守って適正に処理しましょう。

(2) 粗大ごみ

施設へ運ぶことのできない、天災（台風等）などにより被災したタンスなどの粗大ごみについては、り災証明書（申請書の写しでも可）を準備のうえ環境業務課へ連絡ください。

(3) 家電 4 品目

天災（台風等）などにより被災した家電 4 品目については、環境業務課で処理しますので、り災証明書または被災届出証明書を準備のうえ、環境業務課へ連絡ください。

※り災証明書および被災届出証明書は申請書の写しでも可

※家電 4 品目とは、家電リサイクル法で指定する 4 品目（エアコン【室外機含む】、テレビ【ブラウン管式、液晶・有機 EL・プラズマ式】、冷蔵・冷凍庫、洗濯機【衣類乾燥機を含む】）

(4) 問合せ窓口

環境業務課

TEL：0986-24-5560

台風等で浸水した住宅の消毒作業及び消毒薬の無料配布について

台風等で浸水（床上・床下浸水）した地域については、市が実施した被害調査を基に、消毒を希望する世帯に家屋の外壁や基礎及び車庫等への消毒作業を無料で実施しています。

なお、消毒作業は、室内の消毒は行っていないが、室内の消毒を希望される方は、消毒液を無料で配布しています。

問合せ窓口

環境政策課

TEL：0986-23-2130

被災ごみの搬入施設について

天災（台風等）などの被災により発生したごみについては、都城市クリーンセンター、都城市リサイクルプラザ及び都城市一般廃棄物最終処分場の各施設へ搬入できます。また、都城市では、被災された方の負担を少しでも軽減するため、処理手数料の減免制度を設けています。

なお、当該減免制度を受けるためには、「り災証明書」または「被災届出証明書」が必要となります。

（１）搬入施設及び提出書類

①燃やせるごみ

施設名：クリーンセンター

提出書類：ごみ焼却処理手数料減免申請書、
り災証明書または被災届出証明書（申請書の写しでも可）

②資源ごみ、燃やせないごみ

施設名：リサイクルプラザ

提出書類：一般廃棄物処理施設利用料金免除申請書、
り災証明書または被災届出証明書（申請書の写しでも可）

③埋め立てごみ

施設名：一般廃棄物最終処分場

提出書類：一般廃棄物処理手数料免除申請書、
り災証明書または被災届出証明書（申請書の写しでも可）

※リサイクルプラザ及び一般廃棄物最終処分場は、家庭ごみで 1 回につき 300 kg を超える場合に、免除申請書が必要です。被災した事業所から出たごみは重量に関係なく必要です。

（２）受け入れ対象

被災ごみの種類	受入 対象	減額 免除 対象
被災した一般家庭（倉庫等の建築物、敷地等含む）、 被災した事業所から出たもの	○	○
被災した事業所の損壊した部分のみ	○	○
被災した家財道具	○	○
被災した倒木、流木	○	○

※建築業者等が、リフォーム工事（床材等の解体など）で生じる建築廃材は、施工した建築業者が、産業廃棄物として処理することになります。

※被災していないごみは、減額・免除の対象になりません。

(3) 搬入禁止物

- ① 土砂
- ② 業者が解体・リフォームして出た廃材などの産業廃棄物に該当するもの
- ③ その他処分場で受け入れを禁止しているもの

※家電リサイクル法で指定する4品目（エアコン（室外機を含む）、テレビ（ブラウン管式、液晶・プラズマ式）、冷蔵・冷凍庫、洗濯機（衣類乾燥機を含む）、自動車、農機具、バイク、ガスボンベなど

(4) 搬入時の注意事項

- ① 受入日時
クリーンセンター
月～金・日曜日 8:30～12:00、13:00～16:30
リサイクルプラザ
月～金・日曜日 8:30～12:00、13:00～16:30
一般廃棄物最終処分場
日曜日・水曜日 8:30～12:00、13:00～16:30
- ② 各運搬車輻にり災証明書または被災届出証明書を携帯すること
- ③ 係員の指示に従うこと
- ④ 被災ごみの運搬を事業者へ依頼される場合は、都城市一般廃棄物収集運搬業許可業者であること

(5) 処理の流れ

- ①被災ごみの持込み
(り災証明書または被災届出証明書が必要、申請書の写しもでも可)
↓
- ②減免または免除申請書の提出
↓
- ③申請書の審査
↓
- ④減免または免除認定書を送付

(6) 問合せ窓口

クリーンセンター	TEL：0986-45-6677
リサイクルプラザ	TEL：0986-36-3900
一般廃棄物最終処分場	TEL：0986-36-3653

固定資産税の減免及び住宅用地の特例手続きについて

(1) 固定資産税の減免について

家屋(非住家も含む)等について 固定資産税の減免を受けるには、納期限までに、その減免を受けようとする事由を証明する書類「(ウ)り災証明書または被災届出証明書(写し可)」を添付して、必要事項を記入した「(ア)減免申請書」を資産税課に提出してください。

(2) 住宅用地の特例について

住宅が災害により滅失した場合について 当該被災年度の翌年度または翌々年度に係る被災住宅用地に対する固定資産税の課税標準額の特例を受けるには、事実を証する書類「(ウ)り災証明書(写し可)」を添付し、必要事項を記入した「(イ)被災住宅用地の申告書」を資産税課に提出してください。

※この制度は、被災した住宅のあった土地に住宅を再建築することが前提です

(3) 申請時に必要な書類

(ア) 固定資産税・都市計画税減免申請書 ※土地、家屋及び償却資産

(イ) 被災住宅用地の申告書 ※住宅用地

(ウ) り災証明書または被災届出証明書(都城市危機管理課で発行)

(エ) 個人番号確認書類(マイナンバーカード又は通知カード等)

(オ) 本人確認書類(免許証、パスポート等)

※(ア)(イ)については、署名または記名押印

※災害減免の適用については、被災年度のみ、かつ、申請以降の納期到来分のみとなりますので御注意ください

(4) 申請書受付窓口

申請書は各総合支所地域生活課、各地区市民センターでも受け付けます

(5) 問合せ窓口

資産税課

Tel: 0986-23-2124

市営住宅への暫定入居について

(1) 申請時に必要な書類

(ア) 市営住宅入居申込書

(イ) 行政財産目的外使用許可申請書

※身元引受人（緊急連絡先）の氏名、住所及び電話番号を記入して下さい。

(ウ) り災証明書（都城市危機管理課で発行）

※自然災害に遭った家以外に持ち家がある場合は入居できません。

※市営住宅ではペットの飼育は禁止されています。

(2) 暫定入居の期間について

・許可した日から起算して3月以内とする。

※入居期間を延長する場合は、3ヵ月ごとに手続きが必要です。

(3) 入居者の負担について

・電気、ガス、水道及び下水道の使用料

・共益費

・畳の表替え、ふすまの張替え等の費用（入居時に表替え等を行った場合のみ）

※入居者自身が準備するもの

照明器具（トイレ・浴室・玄関以外）、冷蔵庫などの家電品、ガスコンロなどの調理器具、カーテン、寝具、家具一式

※入居者自身が行わなければならないこと

水道、ガス、電気、電話等の契約、管理組合への入会、その他必要に応じて住所変更の手続き（郵便局など）

(4) 注意事項

希望する住宅に必ずしも入居できない場合があります。

(5) 問合せ及び申込先

【住宅施設課】		TEL：0986-23-3105
【山之口総合支所	産業建設課】	TEL：0986-57-1312
【高城総合支所	産業建設課】	TEL：0986-58-2310
【山田総合支所	産業建設課】	TEL：0986-64-1113
【高崎総合支所	産業建設課】	TEL：0986-62-1113

被災農業者向け経営体育成支援事業について

本制度は、過去に例のないような甚大な気象災害等が生じ、農林水産省経営局長が特に緊急に対応する必要があると認める場合に、農産物の生産に必要な施設の修繕などに対して緊急に実施される国の補助金制度です。

（１）受付開始日

未定（開始された場合は HP により周知）

（２）対 象

気象災害等による農業被害を受けた農業者又は当該農業者が組織する団体

（３）要 件

農産物の生産に必要な機械等について、気象災害等による農業被害を受けた旨の証明を市町村長から受けていること。

（４）必要書類

被災農業者経営支援計画書（別紙様式第 2－1 号）

※詳細については、実施の際 HP に掲載

（５）問合せ窓口

農政部農政課 担い手対策担当

TEL：０９８６－２３－２７６８

災害資金利子補給金

災害資金は、不慮の災害により、農業経営に影響を受けている農業者に対し、必要な経費を迅速に融通することにより、経営の再建及び維持安定を図るための資金です。貸付利率の一部を、県・市から（それぞれ 1/2 ずつ）融資期間へ補給します。

（１）対象者

県の指定した災害による被害についての市長の証明を受けた農業者
（ただし、市税の滞納がある場合は、市からの利子補給はありません。）

（２）融資機関

宮崎県農業協同組合都城地区本部（JA みやざき都城地区本部）等

（３）資金用途

被災農業者の経営の再建に要する営農経費
※生活費及び負債の借換に必要な経費は対象外

（４）融資限度額

個人・法人 300 万円

（５）貸付利率

事象指定時に定めます。（利子補給率も併せて定めます。）
利率は金利情勢により毎月変動します。県ホームページなどでご確認ください。

（６）償還期限

7 年以内（据置期間 3 年以内）

（７）利子補給期間

5 年間

（８）問合せ、申込み窓口

宮崎県農業協同組合都城地区本部 融資課
Tel：0986-38-8771

災害による介護保険料の減免制度

震災、風水害、火災その他これらに類する災害により、第 1 号被保険者や世帯の生計中心者の所有する住宅、家財またはその財産に被害を受けられたことにより保険料の納付が困難になったときは、その被害の程度に応じて、保険料の減免が受けられる場合があります。

(1) 減免の対象

第 1 号被保険者又は生計維持者が住宅、家財その他の財産の価格の 2/10 以上に相当する額（保険金、損害賠償金等により補てんされるべき金額を除く。）の被害を受けた場合

(2) 減免の基準

損害程度 合計所得金額	減免の割合	
	2/10 以上 5/10 未満	5/10 以上
210 万円未満	1 / 2	全部
210 万円以上	1 / 4	1 / 2

(3) 申請に必要書類

- ・ 介護保険料減免・徴収猶予申請書
- ・ 災害証明書
- ・ その他損害の内容が分かるもの
- ・ 保険金・共済金等で損害の補填がある場合、その金額が分かるもの
- ・ 本人確認書類（本人以外が窓口で申請される場合は委任状及び、代理人の顔写真付身分証の提示が必要です。）
- ・ 申請者名義の通帳またはキャッシュカード（二人以上申請する場合はそれぞれ必要です。）

(4) 問合せ窓口

介護保険課保険料担当

TEL：0986-23-2596

国民健康保険税と医療費一部負担金の減免手続きについて

災害により大きな被害を受けられた方は、損害の程度に応じて国民健康保険税の減免を受けられる場合があります。なお、国民健康保険税が減免になったときは、申請により、医療費の一部負担金が減免になる場合があります。

※詳細については、下記問合せ窓口に御連絡ください。

（１）対象者

災害により特に著しく被害を受けた者であって、次のいずれかに該当し、財産の価格の3/10以上に相当する額（保険金、損害賠償金等により補てんされるべき金額を除く。）の被害を受けた場合

- （ア）災害により納税義務者が障がい者となった場合
- （イ）災害により納税義務者等の所有する住宅又は家財に損害を受けた場合
- （ウ）災害により納税義務者の農作物が被害を受けた場合

（２）申請方法

次の書類を揃え、保険年金課へ問い合わせください。

- ・市が発行するり災証明書【必須】（コピー）

※ただし、申請時においては市が受理したことが分かるり災証明申請のコピーでも可

- ・住宅・家財等の取得価額の分かる書類の写し（ある場合のみ）
- ・保険金・損害賠償金の支払い金額の分かるもの（支払いがあった場合）
- ・復旧費用が分かるもの（ある場合のみ）
- ・災害により受けた損害の金額が分かるもの
- ・診断書（（ア）の場合）
- ・本人確認書類（運転免許証、マイナンバーカードなど）の写し

これらの書類をもとに、聞き取りを行いながら、「被災した住宅、家財等の損失額の計算書」を作成し、減免対象となった場合、「国民健康保険税減免申請書」を申請いただきます。

（３）問合せ及び申請窓口

保険年金課	保険税の減免	国保担当	Tel：0986-23-2642
	一部負担金の減免	給付担当	Tel：0986-23-2634

被災による国民年金保険料免除について

本制度は、災害等で大きな被害を受けられた国民年金第1号被保険者が、被害が原因で国民年金保険料の納付が困難になった場合の特例免除制度です。

(1) 受付開始日

令和6年8月30日

(2) 対 象

災害等で大きな被害を受けられた国民年金第1号被保険者の被災年度分（災害等発生月の前月分から）の国民年金保険料

(3) 要 件

災害により被災し、住宅、家財その他の財産について、おおむね2分の1以上の損害を受けた国民年金第1号被保険者

(4) 必要書類

- ・ 国民年金保険料免除・納付猶予申請書
- ・ 国民年金保険料免除・納付猶予申請に係る被災状況届
- ・ 罹災証明書、または被害農林漁業者等と認定された被害認定書の写し
（罹災証明書等により損害の程度が確認出来る場合は「被災状況届」は不要）
- ・ 保険金・損害賠償金等の支給金額等を確認できる証明書の写し
（保険金・損害賠償金等が支給される場合のみ）

(5) 本人以外が提出する場合

- ・ 本人以外が提出する場合は必要書類に加えて委任状が必要となります。

委任状様式は日本年金機構ホームページで検索するか窓口で受取りが可能です。

(6) 問合せ窓口

都城市役所保険年金課 年金担当 0986-23-2629
都城年金事務所 0986-23-2571

健康相談

被災後の慣れない生活で心身の不調を感じている方もいらっしゃると思います。お身体の調子はいかがでしょう。

皆様の健康面等で気になることや日頃のお悩みなどございましたら、お気軽に下記の連絡先へご相談ください。保健師、管理栄養士が健康相談に応じます。

（１）受付開始日

随時 ※発災後、できるだけ早く

（２）問合せ窓口

健康面全般の相談：都城市健康課 23-2765

こころの相談：都城市障がい福祉課 23-2980

災害時の熱中症予防

～避難生活・片付け作業時の注意点～

環境省
内閣府
消防庁
厚生労働省

熱中症は、死に至る可能性のある重篤な病気ですが、適切な予防・対処を行えば、防ぐことができます。災害時には、慣れない環境や作業で熱中症のリスクは高くなりますので、お互いに声をかけながら、十分に注意しましょう。

1. 熱中症を予防するためには…

① 暑さを避けましょう

涼しい服装、日傘や帽子、また、在宅避難等の場合はクーラーの積極的な活用を。停電が長引く可能性がある場合、特に高齢者、子ども、障害者の方々は、冷房設備が稼働している避難所への避難も検討しましょう。



② のどが渴いていなくてもこまめに水分をとりましょう

③ 暑さに関する情報を確認しましょう

身の回りの気温・湿度・暑さ指数(WBGT)^(※)の確認を。「熱中症警戒アラート」(令和3年度から全国展開)も活用を。



④ 屋外ではマスクをはずしましょう

屋外ではマスク着用により、熱中症のリスクが高まります。近距離(2m以内を目安)で会話をする時は、マスクの着用をお願いします。
※屋内でも、人との距離が確保できて、会話をほとんど行わない場合は、マスクを着用する必要はありません。

避難生活における注意点

◆被災や避難生活に伴う疲労・体調不良・栄養不足等により熱中症のリスクが高くなる可能性があります。避難生活では普段以上に体調管理を心掛けましょう。

◆高齢者、子ども、障害者の方々は特に注意しましょう。

※やむを得ず車中泊をする場合、車両は日陰や風通しの良い場所に駐車しましょう。車用の断熱シート等も活用しましょう。また、乳幼児等を車の中で一人にさせないようにしましょう。夜間等寝るときはエンジン等をつけたままにすることは避けましょう。

片付け等の作業時の注意点

◆作業開始前には必ず体調を確認し、体調が悪い場合は作業を行わないようにしましょう。

◆できるだけ2人以上で作業を行い、作業中はお互いの体調を確認するようにしましょう。

◆休憩・水分補給は、一定時間毎にとるようにしましょう。また、休憩時には、日陰等の涼しい場所を確保しましょう。

◆暑い時間帯の作業は避けましょう。

◆汗をかいた時は塩分の補給も。

※「暑さ指数(WBGT)」気温・湿度・輻射(ふくしゃ)熱からなる熱中症の危険性を示す指標。



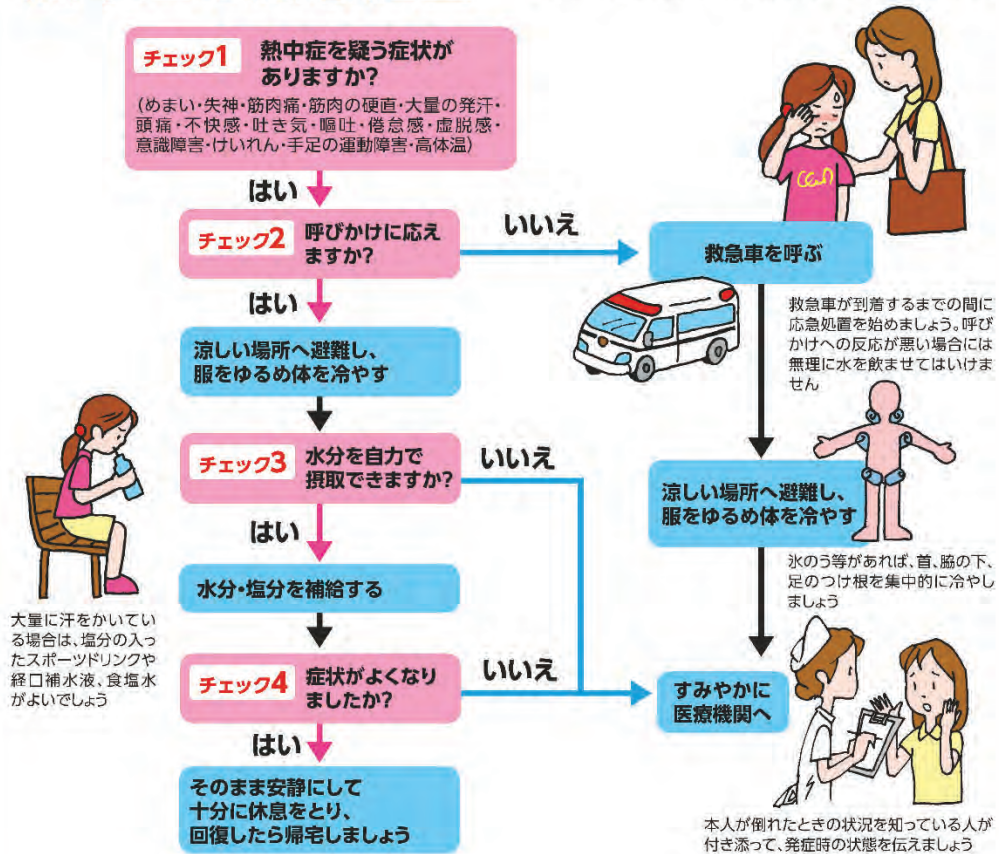
全国の暑さ指数(WBGT)や、熱中症予防に関する詳しい情報は…
環境省熱中症予防情報サイト: <https://www.wbgt.env.go.jp/>



2. 熱中症が疑われるときには…

熱中症の応急処置

もし、あなたのまわりの人が熱中症になってしまったら……。落ち着いて、状況を確認して対処しましょう。最初の措置が肝心です。



体温を効果的に下げるための方法の例

- ・上着を脱がせ、服をゆるめて風通しを良くする。
- ・皮膚に濡らしたタオルやハンカチをあて、うちわや扇風機であおぐ。
- ・服の上から少しずつ冷やした水をかける。
- ・氷のうや冷えたペットボトルなどを、首、脇の下、足のつけ根にあてて冷やす。

「熱中症警戒アラート^(※)」は環境省のLINE公式アカウントで確認することができます。

※熱中症の危険性が極めて高い暑熱環境が予測される日に発表する情報。令和3年度から全国展開。

QRコード →



ガレキやクギでけがをしたら、すぐに受診しましょう！！

はしょうふう
破傷風にご注意を！！！！

破傷風の原因は？

- 泥や土の中にいる細菌「破傷風菌」で起こる感染症です。
- この細菌は、小さな傷口からでも、体内に侵入します。

破傷風の症状は？

- この菌は、感染すると毒素を出し、毒素で神経障害を起こします。
- 傷口の違和感、口がしびれる・開きにくい、首の後ろの緊張感などから始まり、やがて全身のけいれんを起こすようになります。

※手当てが遅れると重症になる場合もあるので注意！！

破傷風の潜伏期間（感染してから症状が出るまで）は？

- 3日～3週間程度です。迅速な消毒やワクチン接種が必要です。
- 傷を負った直後に症状がない場合でも油断は禁物です。

※後片付けの際は、なるべく底の厚い靴をはきましょう。

もし、けがをしたら？

- 破傷風菌は、空気を嫌います。泥や土、異物を傷の奥まで洗う必要があります。
- 刺し傷など深い傷は、医師や看護師に相談し、十分に消毒してもらいましょう。

※破傷風では、傷を強く圧迫するとより危険です。

このチラシに関するお問い合わせ先

都城市健康課 23-2765

浸水した家屋の感染症対策

- 感染症予防のためには、**清掃と乾燥**が最も重要です
清掃が不十分だと、消毒の効果を発揮できません！！
- 屋外（床下や庭）の消毒は原則不要**です

消毒の手順

消毒の前に十分清掃しましょう！

- ①ほこりから目や口を保護するため、**ゴーグル・マスクを着用**
- ②清掃中のケガ予防に、**手袋・底の厚い靴などを着用**
- ③ドアと窓をあけて、**しっかり換気**
- ④汚泥は**十分に取り除き、しっかり乾燥**
清掃が不十分だと、消毒の効果を発揮できません！！

主な消毒液と使用方法

- ゴム手袋・長靴、ゴーグル等を着用して作業しましょう！**
- 次亜塩素酸ナトリウム**
汚染の程度がひどい場合、長時間浸水していた場合に使います
- アルコール、塩化ベンザルコニウム**
色あせ、腐食などにより次亜塩素酸ナトリウムが使用できない場合に使います

消毒薬	対象と使い方	
	食器類・流し台・浴槽	家具類・床
次亜塩素酸ナトリウム (家庭用塩素系漂白剤でも可)	0.02%に希釈する ①食器用洗剤と水で洗う。 ②希釈した消毒液に5分間漬けるか、消毒薬を含ませた布で拭き、その後、水洗い・水拭きする。 ③よく乾燥させる。	0.1%に希釈する ①泥などの汚れを洗い流すか、雑巾などで水拭きしてから、十分に乾燥させる。 ②調整した液を浸した布などでよく拭く。 ③金属面や木面など色あせが気になる場所は、水で2度拭きする。
消毒用アルコール	希釈せず、原液のまま使用する ①洗剤と水で洗う。 ②アルコールを含ませた布で拭く。 ※70%以上のアルコール濃度のものを使用すること ※火気のあるところでは使用しない	希釈せず、原液のまま使用する ①泥などの汚れを洗い流すか、雑巾などで水拭きしてから、十分に乾燥させる。 ②アルコールを含ませた布で拭く。 ※70%以上のアルコール濃度のものを使用すること ※火気のあるところでは使用しない
10%塩化ベンザルコニウム (逆性石けん)	0.1%に希釈する ①泥などの汚れを洗い流すか、雑巾などで水拭きしてから、十分に乾燥させる。 ②調整した液を浸した布などでよく拭く。	0.1%に希釈する ①泥などの汚れを洗い流すか、雑巾などで水拭きしてから、十分に乾燥させる。 ②調整した液を浸した布などでよく拭く。

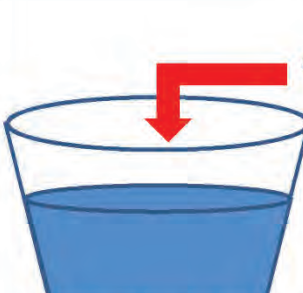
参考：日本環境感染学会 一般家屋における洪水・浸水など水害時の衛生対策と消毒方法

浸水した家屋の消毒手順

消毒液の希釈方法

- 薬液の濃度や用法など消毒薬は、薄めて（希釈して）使用するものがあります。使用上の注意事項を確認してから使用しましょう。

0.1%希釈の簡易的な方法



消毒液
コップ100cc

10%消毒液であれば…
コップ1杯 (100cc)を入れて、水 (**10ℓ**) を入れる

バケツ (10ℓ) を使用する場合

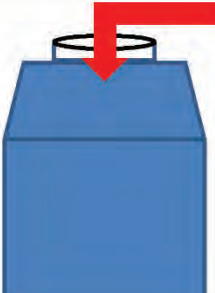


※キャップ1杯 (4～5cc)

10%消毒液であれば…
ペットボトルのキャップ**2杯**を入れて、水 (**1ℓ**) を入れる

ペットボトル (1ℓ) を使用する場合

0.02%希釈の簡易的な方法



※キャップ1杯 (4～5cc)

10%消毒液であれば…
ペットボトルのキャップ**1杯**を入れて、水 (**2ℓ**) を入れる

ペットボトル (2ℓ) を使用する場合

清掃・消毒作業が終わったら

- 作業が終わったら**しっかり手洗い**
- ケガをした場合は**しっかり洗浄、消毒**
- 深い傷や汚れた傷**、目を洗浄しても充血する場合は**医師に相談**
- 消毒薬の使用後は、よく乾燥させてください