

介護保険施設における居住費・食費の負担限度額認定申請について

介護保険施設への入所やショートステイ利用の場合、居住費（家賃や光熱水費）および食費は利用者負担となりますが、所得が低い方の負担が重くならないように軽減策が設けられています。この軽減を受けるためには申請が必要です。

対象となるサービス（居住費・食費）

- ・介護老人福祉施設サービス（特別養護老人ホーム）
 - ・介護老人保健施設サービス
 - ・介護医療院サービス
 - ・短期入所生活介護・短期入所療養介護（ショートステイ）
- 適用の要件、手続きの方法など、詳しくは町ホームページをご覧ください。

限度額認定証の有効期限は最大1年間で、引き続き軽減を受けるためには更新申請が必要です。7月31日（木）有効期限の限度額認定証をお持ちの方には、6月下旬に更新書類を送付しています。

問 II 保険課（介護）

☎ 739・3421

令和の熱中症対策



問 = 健康増進課 ☎ 738-3813

日本の夏は年々暑くなっており、誰もが熱中症になる危険性が高くなっています。

これまでとは比べ物にならないくらいの暑さに対処するために、令和の熱中症対策を始めましょう。

令和の対策 その1 スマホやテレビで熱中症警戒アラートを確認しましょう！

天気予報やニュースなどで、「熱中症警戒アラート」や「暑さ指数」という言葉を目にすることが増えてきました。この2つは熱中症対策をするうえで、欠かせない指標です。

▶ 熱中症警戒アラートってなに？

熱中症警戒アラートとは、熱中症の危険性が高いと予測されたときに環境省と気象庁が注意をよびかける情報です。発表の基準は当日、翌日の暑さ指数が33以上と予測される地点があるときです。

▶ 暑さ指数とは？

暑さ指数とは、熱中症のなりやすさを表す値のことです。

暑さ指数による温度基準	注意すべき生活活動の目安	注意事項
危険 (31 以上)	すべての生活活動で熱中症が起こる危険性	高齢者は安静にしていなくても熱中症になる危険性は大きい。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。
厳重警戒 (28 以上～31 未満)		外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。
警戒 (25 以上～28 未満)	中等度以上の生活活動で熱中症が起こる危険性 ※ウォーキング(10分程度)、ゴルフ、掃除、庭の草むしりなど	運動や激しい作業をする際は、定期的に充分な休息をとり入れる。
注意 (25 未満)	強い生活活動で熱中症が起こる危険性 ※ジョギング、登山など	一般に危険性は少ないが、激しい運動や重労働時には熱中症になる危険性がある。

さらに 熱中症特別警戒アラートがでた場合は災害級の暑さです

熱中症特別警戒アラートは熱中症警戒アラートよりも一段階上の警報で、過去に例のない危険な暑さが予測され、人の健康に重大な被害が生じるおそれがある場合に発表されます。発表の基準は都道府県内のすべての地点で、翌日の暑さ指数が35以上と予測されたときです。

令和の対策 その2 熱中症の予防のポイント！

1. 暑い時間帯の外出は避ける

日中の午前11時～午後3時は暑い時間帯です。



2. 扇風機やエアコンを使う

室温は28℃、湿度は70%より低くなるよう調節しましょう。



3. 風通しのいい服を着る

えりやそで、すそなどにゆとりがあるデザインや、通気性のよいものを着ましょう。



4. 水分・塩分を補給する

のどが渴いていなくても、活動を始める前からこまめに水分をとりましょう。



ヒスタミンによる食中毒にご注意！

ヒスタミンは、花粉症などのアレルギー症状の原因物質として知られる化学物質です。ヒスタミン食中毒は、ヒスタミンを多く含む食品を食べることで起こります。

昨年度、大阪府内ではヒスタミン食中毒で55人の患者が発生し、池田保健所管内でも、はまちの煮付けに含まれていたヒスタミンによる食中毒が発生しました。

主な原因食品は、サバ、マグロ、イワシなどの赤身の魚やその加工品です。ヒスタミンは、赤身の魚を常温で放置した時に、ヒスタミンを生成する菌が増殖することで作られます。

通常、原因食品を食べて30～60分くらいで顔面紅潮、じんましん、頭痛や発熱が出現し、数時間程度でこれらの症状は治まります。口の中がピリピリするように感じることもあります。ヒスタミンが増えても、味や臭いに変化しません。また、一度生成されたヒスタミンは加熱しても分解されません。

家庭での予防のポイント

・購入した魚やその加工品は、氷で冷やすなど保冷して持ち帰り、帰

宅後はすぐに冷蔵・冷凍で保管しましょう。

・冷凍魚介類は、冷蔵庫や流水で解凍し、常温で解凍しないようにしましょう。

・食べた時に唇や舌先に刺激を感じたら、食べずに捨てましょう。



詳しくはこちら



問 池田保健所 衛生課
751-2990

大阪府池田保健所7月の事業

◎水質検査・検便 ￥＝有料

時＝池田保健所 7月8日(火)、22日(火)午前9時30分～11時30分
※検査容器は事前に池田保健所で配付

◎こころの健康相談・骨髄バンクドナー登録(事前予約制)

日程など詳細はお問い合わせください。

◎HIV／エイズ・梅毒(血液)、クラミジア(尿)検査

￥＝HIV検査は無料(その他はHIV／エイズ検査と同時に受ければ無料)

匿名可、日程など詳細はお問い合わせください。

問＝大阪府池田保健所 ☎751-2990

心の輪を広げる体験作文・障がい者週間のポスターの募集

障がいのある人となない人との心のふれあいの体験を綴った作文や、障がい者への理解を促進するポスターを募集しています。入賞者には、知事からの賞状等を贈呈します。

作文 400字詰め原稿用紙(縦書き)で、小・中学生は2～4枚、高校生・一般は4～6枚

※点字や電子メールでの応募も可
ポスター 小・中学生のみ。B3画用紙または四つ切りサイズ画用紙(縦長のみ)

申込期間 7月1日(火)～9月2日(火) (必着)

応募方法 左記へ郵送(9月2日必着) または※持参

※ただし、土曜日・日曜日・祝日については持参による受付は行っておりません。

申・問 〒540-8570 大阪
市中央区大手前2丁目

大阪府福祉部障がい福祉室 障がい福祉企画課企画調整グループ

☎06-6941-0351 (内線2459)

FAX 06-6942-7215

令和7年度大阪府盲ろう者通訳・介助者養成研修受講者募集

視覚と聴覚に重複して障がいのある盲ろう者のコミュニケーションと移動を支援するために、通訳・介助を行う「盲ろう者通訳・介助者」の養成研修を実施します。

対 盲ろう者福祉に熱意があり、盲ろう者通訳・介助者として活動することを誓約する方

・すべてのカリキュラムを指定された日時に受講できる方

員 60人

時 9月16日(火)～令和8年3月6日(金)のうち19日間開講予定

所 大阪府立福祉情報コミュニケーションセンター

※受講料は無料。テキスト代は実費負担をお願いします。

申 受講申込書を8月15日(金)【必着】までに(社福)大阪障害者自立支援協会(盲ろう者等社会参加支援センター)まで郵送、FAX、メールのいずれかにより送付

問 (社福)大阪障害者自立支援協会(盲ろう者等社会参加支援センター)

☎06-6748-0587

FAX 06-6748-0589

✉youseikensyu@daisyokyo.or.jp