

新型コロナウイルス感染症

に関するお知らせ (5月15日現在)

新型コロナウイルス感染症拡大防止に向け、引き続きご協力をお願いします。

新しい生活様式の実践例 (一部抜粋)

①一人ひとりの基本的感染対策

- ・身体的距離の確保、マスクの着用、手洗い
- ・感染流行地域への(からの)移動は控える

②日常生活を営む上での基本的生活様式

- ・3密(密集・密接・密閉)の回避



③日常生活の各場面別の生活様式

- ・買い物は1人か少数で空いた時間に
- ・混んでいる時間帯の公共交通機関は避ける

④働き方の新しいスタイル

- ・テレワークや時差出勤、オンライン会議

など

市からの新型コロナウイルスに関する最新情報は、市ホームページの「**緊急速報**」などから確認



本市独自の主な緊急対策

※事業内容は5月15日時点(金額は1万円未満四捨五入)

第1弾
(3月27日発表)

●中小企業者の資金繰り支援(セーフティネット資金保証料補助金、四日市市中小企業振興資金保証料補給金)【3億4,700万円】

新型コロナウイルス感染症による売上高減少などの影響を受けた市内の中小企業・小規模事業者の負担を軽減するため、融資の保証料補給を拡充します。



第2弾
(4月21日発表)

●オンライン学習「学んでE-net!」を活用した臨時休業中の家庭学習支援【1,956万円】

オンラインで学習できる「学んでE-net!」の導入校を全市立小・中学校に拡大。児童生徒は、パソコンやスマートフォンなどの端末から、教科書の内容に準拠した解説や課題などを入手して家庭学習をすることができます。(家庭のICT環境の有無に関わらず学習できるよう、印刷した課題も送付)



●「オール四日市! 飲食店応援『さきめし券』プロジェクト」への支援【1億3,300万円】

四日市商店連合会を中心とする市内関係団体が、飲食店を応援するためにクラウドファンディングを利用して立ち上げた「オール四日市! 飲食店応援『さきめし券』プロジェクト」に対して支援します。

※クラウドファンディングによる応援金の募集は終了しました



●生活を守る ～水道基本料金の無料化～【13億4,200万円】

水道料金のうち基本料金を半年間無料にします(6月検針分から開始。給水戸数：約15万戸)。一般家庭の場合、1カ月当たり約1,500円で、半年間で約9,000円の負担軽減になります。



●ひとり親家庭等を守る ～給付金を支給～【9,100万円】

経済的に厳しい状況にあるひとり親家庭では収入急減などの影響が大きいため、対象児童一人につき3万円を給付します。[対象：5月分の児童扶養手当受給者(支給対象児童数：約3,000人)]



●店舗を守る ～テナント賃料の減免支援～【4億5,000万円】

賃貸人に対し、テナント賃料の減免など特段の配慮を促すため、その減免額の一部を補助します。[対象者：市内のビルなどに入居するテナントに対して賃貸している者/補助率：5月～7月分の賃料に対して減免した額の2分の1(上限額：テナント1件につき月7万5,000円、3カ月総額22万5,000円)/要件：テナントが中小事業者(個人事業者を含む。)であること]



●雇用を守る ～雇用調整助成金への上乗せ助成～【1億8,400万円】

従業員を一時的に休業させた場合に支払った休業手当、賃金などの一部を助成する国の雇用調整助成金に対し、市がさらに上乗せ助成を行います。[対象者：同助成金を受けた中小事業者/市補助率：10分の1(上限額：200万円/事業者)/対象期間：4月～6月(国の緊急対応期間)]



その他の主な緊急対策

国の緊急経済対策や三重県の緊急総合対策

- (1) 特別定額給付金 [国費10/10] 【314億7,332万円】
- (2) 子育て世帯への臨時特別給付金 [国費10/10] 【4億268万円】
- (3) 国民健康保険特別会計・傷病手当金 [国費10/10] 【886万円】
- (4) 三重県新型コロナウイルス感染症拡大阻止協力金 [県事業。県費1/2] 【10億5,000万円】

感染症拡大防止策

- (1) マスク12万枚購入(高齢者施設、小・中学校、保育所などに配布) 【528万円】
- (2) 保健所の新型コロナウイルス感染症対策
 - ① PCR検査業務委託費 [国費1/2] 【3,700万円】
 - ② 感染者の入院医療費 [国費3/4] 【1,200万円】
 - ③ 感染症支援物資の購入 【2,682万円】
 - ④ 相談体制の拡充(会計年度任用職員の任用) [国費1/2] 【1,103万円】
 - ⑤ 相談体制の拡充(コールセンター外注) [国費1/2] 【1,951万円】

臨時休業措置に伴う対応

- (3) 救急隊員の感染症対策資器材購入 【1,221万円】
- (4) 子育て関連施設の感染症対策 【910万円】
- (5) 学校再開に向けた感染症対策等 [一部国費1/2] 【480万円】

職員等の感染防止対策

- (1) 全市立小・中学校への「学んでE-net!」導入 【1,956万円】 ※再掲
- (2) 臨時休業に伴う学校給食関係事業者への支援
 - ① 学校給食中止に伴う支援 [一部国費3/4] 【3,512万円】
 - ② 衛生管理改善に伴う支援 [一部国費2/3] 【1,200万円】
- (3) 学童保育所の利用自粛に伴う保育料の返還等 [国費1/3、県費1/3] 【4,755万円】

◆国の新型コロナウイルス感染症に関する対策や支援策については、内閣官房の特設サイト「新型コロナウイルス感染症対策」(<https://corona.go.jp/>) で分かりやすく紹介されています



理学療法士が紹介／

おすすめ トレーニング

「これまで外出を控えてきて、筋力や体力の衰えを感じている」という人へ。気軽に生活に取り入れられるトレーニングをご紹介します。

- ①息を止めないで、自然に呼吸しながらやりましょう
- ②痛みや怖さがある場合は無理せず行いましょう
- ③運動は「少量頻回」（1回の量は少なくして、1日の中で間隔を開けながら回数を多く行うこと）が大切です

太ももの筋肉を
強くする

膝伸ばし運動



足と床が平行以上になるように、膝を伸ばして足を上げ、3秒保持して元に戻します。【左右5～10回×3セット】

ふくらはぎの筋肉を
強くする

かかと上げ下げ運動



膝を伸ばしたまま、両足のかかとを上げたり下げたりします。【10～20回×3セット】

バランスの
トレーニング

大きく一歩運動



片足を大きく一歩前に出し、元に戻します。手すりやイスなど持って行いましょう。【左右5回×2セット】

持久力を高める

足踏み運動



座って手を振りながら足踏みをします。【20～30回×3セット】
★転倒に気を付け、立ってその場で足踏み運動も行ってみましょう

このほか、健康体操「エンジョイ よっかいち」や介護予防のための体操「いきいき百歳体操」が動画でご覧いただけます。

エンジョイ
よっかいち



いきいき
百歳体操



※回数は目安です

図：(一社)三重県理学療法士会提供

特別定額給付金の申請はお早めに

【申請期限：8月31日】

新型コロナウイルス感染症の感染拡大に伴う経済対策として、家計への支援を行う「特別定額給付金」の給付手続きの期間中です。申請期限（8月31日）を過ぎると、給付金は受け取れなくなります。期限内に申請をしましょう。

問 新型コロナウイルス感染症対策室

(☎327-5990 FAX327-5905 HPID)1588301175958)

有料広告掲載欄

高齢者向け配食サービス

安心・安全・栄養バランスにこだわり抜いたお弁当です。

一人ひとりに合わせた個別対応
きざみ食・おかゆ・アレルギー等、ご要望には無料でお応えします。

特別な契約等は必要なし
どなたでも前日18時までにお電話いただければ配達いたします。

週1回、1食からでも注文可能!
昼食・夕食のいずれか又は両方でも承ります。

専属の栄養士が高齢者専用考えた栄養バランスの良い日替わり献立をご提供いたします!

お電話またはFAXにてお申込みください
ご注文・キャンセルは前日までお願いします

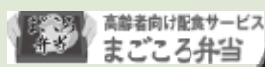
まごころ弁当

四日市桑名店

TEL.059-325-7512

FAX.059-325-7513

四日市市城西町7-35



「普通食おかずのみ」¥460(税別)

1食200～300
キロカロリー



※宅配は無料です
※別途、ご飯付きも有り

本欄は広告であり、広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。

☎ 相 談 窓 口 ☎

●帰国者・接触者相談センター（症状がある場合の受診相談）

- ・四日市市保健所保健予防課 ☎352-0594
（9：00～21：00。土日・祝日も実施）
- ・三重県救急医療情報センター ☎059-229-1199
（21：00～翌9：00。土日・祝日も実施）

●新型コロナウイルス感染症に関する電話相談窓口（予防法や患者発生状況などに関すること）

- ・四日市市保健所保健予防課 ☎352-0594
（9：00～21：00。土日・祝日も実施）

●総合労働相談コーナー（特別労働相談窓口）

- ・三重労働局 ☎059-226-2110
- ・四日市労働基準監督署 ☎351-1662

●一時的な生活福祉資金の緊急貸し付けについて

- ・四日市市社会福祉協議会総務課 ☎354-8265

●住居確保給付金について

- ・保護課 ☎354-8076

●人権侵害を受けた際の相談窓口

- ・みんなの人権110番 ☎0570-003-110
- ・子どもの人権110番 ☎0120-007-110
- ・外国人権相談ダイヤル ☎0570-090911
- ・人権センター（相談） ☎354-8610

●四日市市健康危機管理対策本部

- ・危機管理室 ☎354-8119
- ・健康福祉課 ☎354-8281

●特別定額給付金などについて

- ・新型コロナウイルス感染症対策室 ☎327-5990

●市立小・中学校の対応について

- ・教育総務課 ☎354-8237

●市立幼稚園、市立保育園、市立こども園、私立保育園、地域型保育事業所について

- ・保育幼稚園課 ☎354-8087

●学童保育所について

- ・こども未来課 ☎354-8464

事業者向け相談窓口

【三重労働局】特別労働相談窓口など

相談内容によって電話番号が異なります。詳しくは、同局ホームページ（<https://jsite.mhlw.go.jp/mie-roudoukyoku/>）へ。

【三重県】

- 雇用経済部中小企業・サービス産業振興課
☎059-224-2447（三重県新型コロナウイルス感染症拡大阻止協力金については☎059-224-2335）

【関係団体】中小企業・小規模事業者経営相談

- 三重県よろず支援拠点〔(公財)三重県産業支援センター内〕 ☎059-228-3326

- 三重県中小企業団体中央会

☎059-228-5195

- 四日市商工会議所 ☎352-8290

- 楠町商工会 ☎397-2046

【関係金融機関】

- 日本政策金融公庫四日市支店国民生活事業

☎352-3121

- 商工中金四日市支店 ☎351-4871

事業者向け融資制度

【三重県】リフレッシュ資金

- 雇用経済部中小企業・サービス産業振興課
☎059-224-2447

【日本政策金融公庫】無利子・無担保融資

- （平日）☎0120-154-505（事業資金相談ダイヤル）

- （土日・祝日）☎0120-112476（国民生活事業）

☎0120-327790（中小企業事業）

【四日市市】セーフティネット保証など

- 商工課 ☎354-8175



有料広告掲載欄



磨頭・出張買取OK!
創業106年の歴史と信頼・実績!

きの屋小町 KOMACHI

タンスの中に眠っていませんか？大量のお着物もお気軽に！



着物買取

貴金属・ジュエリーも高価買取中！



059-352-4253

■四日市市鶴の森1丁目7-13
■9:30～18:00(水・木曜定休)

和裁士募集
袴・袖丈などを直すお仕事です。
詳しくはお問合せ下さい。

本欄は広告であり、広告の内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。