

ひとり親家庭に児童扶養手当が支給されます



詳細はこちら

児童扶養手当とは

ひとり親家庭の生活の安定と自立を助け、児童の健全育成のために支給される手当です。

支給対象者

18歳に達する日以後の最初の3月31日を迎えるまでの児童(特別児童扶養手当2級に該当する程度以上の障がいがある場合は20歳未満)を養育する母(父)または養育する祖父母などです。

支給要件

父母が婚姻を解消した児童や、父または母が死亡した児童、父または母の配偶者が一定程度の障がいの状態にある児童、母が未婚で出産した児童などを養育していること。

支給額(令和7年4月現在)

扶養する児童数	手当(月額)	
	全部支給	一部支給
1人のとき	46,690円	・所得に応じて10円単位で支給停止となります。
2人のとき	57,720円	・受給者または家族の所得が限度額を超えた人は全部停止となります。
3人のとき	68,750円	

申請方法

新たに受給対象になる人や、これまで支給の対象外であった人で、生活実態の変化により支給対象となる人は手続きが必要です。手続きに必要な書類は、申請者によって異なります。詳しくは問い合わせてください。

現況届について

認定になった後も年に1回は現況届の提出が必要です。市から送付される書類に記入の上、健康こども課または西根・安代各総合支所、田山支所に提出してください。今年度の提出期限は8月29日(金)です。

ひとり親のための無料法律相談を開催

離婚や養育費など、日常生活において困っていることなどの相談に弁護士が対応します。

日時 8月1日(金)午前10時から午後3時まで

場所 西根地区市民センター

予約・問い合わせ先 (一社)県母子寡婦福祉連合会 ☎019-623-8539

熱中症に気を付けましょう - 暑さから身を守るには -



詳細はこちら

熱中症患者の約半数が65歳以上

熱中症は、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温の調節機能が追いつかなくなったりして、めまいやけいれん、頭痛などのさまざまな症状を起こした状態を指します。

特に高齢者は、発汗などの体温調節機能の衰えに加え、暑さやのどの渇きを感じづらくなっているため、重症になるまで気付かない場合もあり、意識して熱中症予防に取り組むことが重要です。

こんな症状が出たら危険信号

- ▷体がだるい
- ▷頭痛、吐き気
- ▷大量の発汗
- ▷めまい、たちくらみ など

意識障がいや呼吸困難、けいれん、高体温などが見られる場合は、速やかに救急車を呼びましょう。



熱中症の予防方法

こまめに水分を補給する

のどが乾いていなくても、1日約1.2ℓを目安に麦茶などカフェインが入っていない水分を取りましょう。※アルコールやコーヒーなどのカフェインを含むものは、水分を尿として排出してしまうため、水分補給には適しません。取り過ぎには注意しましょう。

暑さを避ける

- ・エアコン、扇風機、遮光カーテン、すだれなどを利用して気温や湿度を調整(目安:室温28℃以下)
- ・屋外では、帽子の着用や、日傘・日陰を利用し、天気の良い日は日中の外出をできるだけ控える
- ・通気性がよく、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する

熱中症は早めの予防が大切です。正しい知識を身に付けて熱中症を防ぎましょう。