

暮らし **7/11から電話予約開始
結婚新生活支援補助金**

新生活を
後押し

新婚世帯の住居の取得・賃借や引っ越しの費用を補助します。

●**対象** 今年3月1日～来年3月31日に婚姻届を提出し受理された世帯

●**主な要件** 夫婦の合計所得が500万円未満、夫婦が新潟市に住民登録し同居している、新潟市に2年以上継続して住む意思がある、夫婦双方の婚姻時の年齢が39歳以下、ほか

●**上限額** 1世帯当たり30万円

申 7月11日(火)から電話でこども政策課(☎025-226-1193)

※予算がなくなり次第終了。詳しくは新潟市ホームページに掲載



スマートフォンは
こちらから



暮らし **大雨に備えよう
浸水対策に助成**

工事などの
検討を

浸水が発生した、または発生する恐れのある区域を対象に、浸水対策の助成制度を設けています。詳しくは問い合わせてください。

新潟市下水道
キャラクター
「水玉ぼうし」



制度名	助成額	問い合わせ先
雨水浸透ます・貯留タンク設置	浸透ます…1基当たり上限2万円 ▷貯留タンク…上限2万円(設置方法により異なる)	北区…北下水道分室(☎025-387-1825)▷東・中央・江南区…東部地域下水道事務所(☎025-281-9562)▷秋葉区…秋葉下水道分室(☎0250-25-5810)▷南・西・西蒲区…西部地域下水道事務所(☎025-370-6372)
防水板設置等工事	工事費の2分の1(上限50万円)	
駐車場かさ上げ工事	工事費の2分の1(上限10万円) 対既存の駐車場	
住宅かさ上げ工事	工事費の2分の1(上限100万円) 対平成10年8月4日以降に床上浸水被害が発生した地域	下水道計画課(☎025-226-2982)

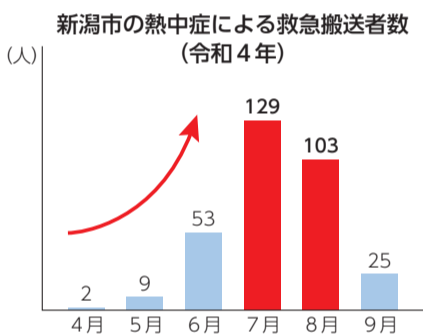
暑さに注意 **熱中症を予防しよう**

熱中症は重症化すると命の危険があります。正しく予防し、健康に過ごしましょう。
問 消防局救急課(☎025-288-3260)

7・8月は要注意

新潟市では、昨年4～9月に321人が熱中症で救急搬送されました=グラフ=。熱中症は例年、気温が上がる7・8月に集中して発生しています。

子どもや高齢者は体温を調節することが難しいので、特に注意が必要です。



「熱中症かな?」と思ったら

- ・涼しい場所で安静にする
 - ・衣服を緩め体を冷やす(首の周り、脇の下、太ももの付け根などを冷やすと効果的)
 - ・飲めるようであれば、水分や塩分を少しずつ頻繁に取る(スポーツドリンクなど)
- ※出典：厚生労働省「熱中症予防のための情報・資料サイト」



🚒 **ためらわずに119番通報を**

意識の低下、自分で水が飲めない、動けない、全身のけいれんなどの症状がある場合は、すぐに救急車を呼びましょう。

💡 **熱中症警戒アラートを
確認しよう**

気温の上昇などで熱中症の危険性が極めて高いと予想される日の朝に、気象庁から「熱中症警戒アラート」が発表されます。同アラートが発表されたときは、普段以上に熱中症予防を意識して行動しましょう。

同アラートは同庁ホームページなどで知らせるほか、にいがた防災メールや新潟市LINE公式アカウントでも情報を配信します。

登録はこちらから



にいがた
防災メール



市LINE公式
アカウント

体調の変化に
気を付けよう。



熱中症予防のポイント

● **小まめに水分補給をする**

- ・のどが渇いていなくても水分を取る
- ・寝る前や起きた時、入浴前後にも水分を取る
- ・大量に汗をかいたときは塩分補給も忘れずに

● **暑さを避ける**

- ・エアコンや扇風機を使い、室温を28度以下にする
- ・外出するときは涼しい服装をし、日傘や帽子で日差しをよける

● **しっかり体調管理をする**

- ・3食きちんと食べ、よく寝て生活リズムを整える