



## ホッとニュース

vol.10  
2020.4.22

今年の「ホッとニュース」はコロナウイルス関連の臨時号です。

うちで過ごす

手を洗おう

4月7日に福岡県、4月16日には全国で新型コロナウイルスに関する緊急事態宣言が発令されました。そこで今回のホッとニュースでは、新型コロナウイルスに関する事についてご案内いたします。コロナウイルスに関連した支援策としては大きく分け以下の、「就労」、「保険・税金」、「生活費」、「水道光熱費」、「家賃」、「通信費」、「学費」、「自治体独自施策」等の支援制度があります。この中で主な制度についてご案内いたします。

特に受診前に気を付けていただきたいことが保険料の納付です。国民健康保険に加入している方のみになりますが、保険料の納付猶予があります。保険証が有効でない限り、公費(自立支援医療等)の利用ができないためお気をつけて下さい。

申請方法については各種窓口へ一度電話相談ください。

### 働き手の主な支援制度

会社から指示され仕事を休んでいるとき

業務や通勤で感染し働けなくなった

解雇や雇止めで失業

**休業手当**  
・働き手は平均賃金の6割以上の休業手当をもらえる  
企業の担当部署や各地の労働基準監督署

**労災保険の休業補償**  
・おおむね平均賃金の8割を保証  
各地の労働基準監督署や労災保険相談ダイヤル Tel:0570-006031

**雇用保険の失業給付**  
・仕事を探す間、おおむね離職前賃金の45%~80%給付  
各地のハローワーク

うがいをしよう

消毒しよう

マスクをしよう

### 保険・税金

健康保険料の支払いが難しい時

厚生年金保険料の支払いが難しい時

市税の納付が難しい時

**国民健康保険料、介護保険料、国民年金保険料の納付猶予など**  
・新型コロナウイルス感染症の影響により各種保険料・税金等の納付が困難な方に納付期間の猶予など  
お住いの市区町村の国民健康保険課、介護保険課、国民年金課

**厚生年金の納付猶予など**  
新型コロナウイルス感染症の影響により各種保険料・税金等の納付が困難な方に納付期間の猶予など  
事業所を管轄する年金事務所

**市税の納付猶予**  
新型コロナウイルス感染症の影響により各種保険料・税金等の納付猶予  
お住いの地域の税務署

### 生活費

生活費が必要な場合

感染もしくは濃厚接触等で働けない場合

**緊急小口資金・総合支援資金**  
・緊急小口資金: 少額の費用貸付  
・総合支援資金: 生活再建までの間に必要な生活費の貸し付け  
お住いの市区町村の社会福祉協議会

**傷病手当金**  
条件付きでここ一年の平均給与の3分の2  
加入している健康保険の窓口(社会保険の方のみ)

換気をしよう

- 検索ワード**
- 厚生労働省HP
  - 各自治体のHP
  - マネーフォワード コロナ

その他の制度についてはこちらをチェック





## 新型コロナウイルスに感染した場合の治療費は？抗HIV薬は？

入院中の医療費、食費はすべて自己負担はありません。(宿泊施設の場合も)。退院後、経過観察のための外来受診も無料です。入院中に処方された抗HIV薬も自己負担はありません。  
 ただ、日ごろHIV治療を行っていない病院に入院した場合、同じ薬がすぐに調達できない場合がありますので、入院する際は**手持ちの抗HIV薬を多めに持参されることをお勧め**します。

## 緊急時は登録でない医療機関でも自立支援医療が使えます。

『新型コロナウイルス感染症に係る公費負担医療の取扱いについて:令和2年3月4日 厚生労働省通知』

通院中の病院が診療停止になったなど、自分が登録している病院以外でHIV診療を受ける場合の手続きが緩和され、**事後手続きのみで可能**となりました。さらに指定医療機関でなく、一般の医療機関でHIV診療を受ける場合も**受給者証を提示すれば**自立支援医療が使えることになりました。ただ、いずれの場合も、他の病院にかかる際には、**当院の診療情報提供書が必要ですので可能な限り当院にご一報いただけますようお願いいたします。**

### 今だからこそ意識したい 「心と身体の健康」

今まですこし後まわしにしていた、ご自身の心と身体の健康について、この機会に、ぜひ向き合ってみてはいかがでしょうか。

## 最新

🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸

🦋 日本臨床心理士会、日本公認心理師会共同事業

### 新型コロナ心の健康相談電話」開設

🦋 不安な気持ちの対処方法などが相談できます  
(緊急事態宣言中の臨時対応です)

🦋 電話: 050-3628-5672 (通話料がかかります)

🦋 期間: 2020年4月20日～5月6日/毎週月～金

🦋 時間: AM10-12時、PM7-9時/1回30分以内

🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸

新型コロナウイルスの影響により外出を控えている皆様へ

🏠 **お家の中でもできる**

## 心と身体の健康を 維持するための **あかたな**

現在、新型コロナウイルス感染症の影響により外出を控え自宅を長時間過ごされている方も多くいると思います。特に、感染した場合に重症化しやすい高齢の方や基礎疾患をお持ちの方におかれましては引き続き十分にご注意いただきたいと思っております。ただ、この**状態が長期化した場合、家の外へ出ないことによる心身の健康への悪影響についても考えなければなりません**。私たち日本ストレスマネジメント学会ライフスタイル実践領域部会では、以下のように、お家の中でもできる心と身体の健康を維持するための活動について提案させていただきます。ぜひ、お試しください。

|                               |                                |                               |                            |
|-------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|----------------------------|
| <p><b>ら</b></p> <p>じおたいそう</p> | <p><b>ま</b></p> <p>るめる・まわす</p> | <p><b>な</b></p> <p>んでもたべる</p> | <p><b>さ</b></p> <p>さえる</p> |
| <p><b>あ</b></p> <p>あ</p>      | <p><b>わ</b></p> <p>わらう</p>     | <p><b>や</b></p> <p>すむ</p>     | <p><b>は</b></p> <p>く</p>   |
| <p><b>た</b></p> <p>つ</p>      | <p><b>か</b></p> <p>がむ</p>      |                               |                            |

日本ストレスマネジメント学会 ライフスタイル実践領域部会  
 Japan Society of Stress Management お問い合わせURL: <https://plaza.umin.ac.jp/issgm-since2002/>  
 日本ストレスマネジメント学会 より引用

**正しい情報を！**

巷には、今コロナ情報があふれています。中には不確かな情報も紛れてこんでおり、正しい情報を見極めることが重要です。  
 最新の正しい情報をもっていることは、自分の身を守り、大切な人を守ることもつながります。行政のサイト以外にも、いくつかご紹介いたしますのでぜひご参考ください。

☆福岡市 ☆福岡県 ☆官邸  
 ☆感染症に関する専門家有志の会  
 ☆ぷれいす東京  
 「HIVと新型コロナウイルス関連情報など」

**編集後記** 🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸  
 制度については、受けられる条件など内容が変更される場合がありますので、利用される前には今一度ご自分でご確認いただきますようお願いいたします。