

新しい年度が始まりましたが

新型コロナウイルス

新タイプの感染拡大が心配されています。①外出先から戻ったら手洗いです。②咳やくしゃみの際にはきちんと飛沫を防ぐ。③室内を適切な湿度に保つ。④ときどき換気をして新鮮な空気に入れ替える。などの日常の感染予防をこころがけましょう。



咳エチケット Cover your Coughs



手洗い Washing hands

静岡市 市営住宅まだより 令和2年 春号

編集・発行 〒420-8602 静岡市葵区追手町5-1 公益財団法人 静岡市まちづくり公社 住宅管理課 電話 054-221-1253(静岡) 054-354-2238(清水) https://s-jutaku.com

<PR> 運動不足解消に！ ふれあい健康増進館ゆ・ら・らの公式サイトでは、室内でもできる簡単なストレッチ動画を配信しています。 ●ストレッチ&筋力トレーニング ●スローエアロビック ●かんたんエクササイズ https://www.yurarashizuoka.com

かんワキュウダイ くうがいと風邪とインフルエンザ

エッセイストのデュラン・れい子さんの著書には、スウェーデン人の夫が「うがい」を知らず、夫とその友人の医師の前でうがいをさせられ、医学的に興味深く観察されたエピソードがあります。外国の方が全くうがいをしないわけではなく、感染予防の手段としてそれほど有用と考えていない様子がうかがえます。うがいがある風邪の感染予防であることは京都大学の研究グループにより05年に実証されている一方、首相官邸公式サイトには、うがいについて「インフルエンザを予防する効果については科学的に証明されていません」と掲載されています。矛盾しているようにも感じますが、風邪とインフルエンザは原因のウイルスが異なる別々の病気だと聞けば、納得できますね。

収入申告書の提出について

来年度の4月から、の家賃を決めるための収入申告書の提出

出をお願いしています。右側に黄色のラインが入った収入申告書に令和元年(平成31年)の収入を証明する書類を添付してご提出ください。収入を証明する主な書類は ①給与の源泉徴収票 ②年金の源泉徴収票 ③確定申告書の控えです。 いずれもコピーを添付してください。また、該当する方のみ次の書類を添付してください。 ④生活保護受給証明書 ⑤障害者手帳のコピー ⑥市民税・県民税課税(所得)証明書は、まだこの時期には発行できません。 収入申告書が未提出の場合、翌年からの家賃が民間賃貸住宅と同程度の高額となりますのでご了承ください。

連休中の修繕対応について

今年大型連休は

昨年より短く、市役所庁舎が閉庁する期間は4月29日と、5月2日から5月6日までです。この間、各修繕業者も休みとなるため、通常の小破修繕対応ができません。安否確認、大量の漏水、エレベーターの作動不良・閉じ込め、事件・事故などの緊急時の場合のみ、すでにお知らせしてある各区の緊急連絡先にご連絡ください。



進撃の巨人 エチケッ ト 3つの咳エチケッ ト せきやくしゃみをするとき、好きなものを選び、マスクを付ける(口鼻を覆う) 袖で口・鼻を覆う ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う

【エチケッ ト】咳やくしゃみをするときは Coughing manners to prevent infection

- 口や鼻を覆わずに咳やくしゃみをしない Coughing without shielding your mouth or nose.
咳やくしゃみをするときに手で口や鼻を覆わない Don't cover your mouth or nose with your hands when you cough.
マスクをする Wear a mask to cover coughs.
ハンカチで口と鼻をおさえる Cover your mouth or nose with handkerchief.
袖で口と鼻をおさえる Raise your arm and cover your mouth or nose when you cough.

厚生労働省の公式サイトに掲載されている感染予防の項目を参照しました。