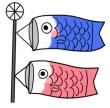


いとぼぬーる通信 号外



「いとぼぬーる通信」は、「司法書士・行政書士いとボヌール事務所」から、お届けする皆様へ
季節ごとのごあいさつの気持ちを込めて発行する、ニュースレターです✉
今回は、新型コロナウイルス感染拡大により、世界中の人々の生活に多大な影響が出ている状況のなかで、
弊所にできることは何かを考え、この号外を作成しました。何か少しでもお役に立てれば幸いです。



contents

- おうち時間
- 家計に役立ちそうな情報
- 以前ご依頼いただいた方・
福岡市西区・糸島市の方へ

弊所では、新型コロナウイルス感染拡大に伴い、マスクの着用、消毒スプレーの設置、テレワークの導入、手洗い・換気・清掃などの感染予防に努めています。
また、電話相談・オンライン相談（zoom等）にも対応させていただいております。
ご要望等ありましたら、お問い合わせください。

おうち時間



会議などに自宅からビデオ通話等で参加することが増えています。
画面に映る部分には極力物を置かないように片付けるようにした結果、なんだか自宅全体が片付いてきました。
私は、部屋が片付くと、もっと掃除をしたい！という気持ちが盛り上がる性分のようで、今欲しいものはスチームクリーナーです。スチームクリーナーでいろんな隙間汚れと戦いたい‥でもスチームクリーナー高い‥という葛藤の日々を送っています。



平田 明子



池 加菜子

私の部屋には『人をダメにするクッション』というマイクロビーズが入った柔軟性の高いクッションがありますが、柔軟性が高すぎてほぼ床の上に座っている状態になり、腰への負荷が大きく、腰が痛くなります。
腰痛防止のためには、腰より足が低くなるように座る、背面は腰のS字カーブに沿った形にする、足は組まずに伸ばす…などがポイントのようです。
つまり、少し高さがあり、背面がS字になっている座椅子が良い様子。
とりあえず、家にあった回転座椅子（ただ円状の回転するもの）に座り、背面に『人をダメにするクッション』を背中のS字カーブに沿わせる形にして、ベッドとの間に挟んで座る、ということをしています。今の所これで大丈夫そうですが、今後も座り方研究を重ねて行きたいと思います！



不要不急の外出を控えていたら、ますます運動不足が加速しています。

さすがにそろそろまづいと思い、階段占いというものを始めました。

私の自宅は6階、事務所は3階にあるのですが、通常エレベーターに乗るところ、たまたまエレベーターが目の前にいるときだけ乗ってOK、別の階にいる場合は階段を使わなければならない、というものです。

登りのときにエレベーターがないと絶望的な気分になりますが、なんとか登りきると達成感がすごいです。運動不足の方は、よかつたらぜひやってみてください。



持田 仁子



家計に役立ちそうな情報



新型コロナウィルス感染症の影響が家計に及んでいる方々も多いと思います。

家計に役立つと思われる情報をピックアップしました。

少しでも気になる制度がありましたら、担当官庁のホームページ等で最新の情報をご確認ください。

1. 特別定額給付金制度

詳細はお住いの市区町村のホームページ等でご確認ください。

(1) 給付対象者につき 1人10万円を給付

(2) 給付対象者

基準日（令和2年4月27日）において住民基本台帳に記録されている者

(3) 給付金の申請方法など

①原則として

郵送申請方式

オンライン申請方式（マイナンバーカード所持者が利用可能）

②受給権者は世帯主、世帯主が世帯全員分の給付を申請

③給付は原則として申請者本人名義の銀行口座への振込み

2. 緊急小口資金・総合支援資金の貸付制度

(1) 緊急小口資金（主に休業された方）

①対象者

新型コロナウィルス感染症の影響を受け、収入の減少があり、緊急かつ一時的な生計維持のための貸付を必要とする世帯

②貸付上限額

学校等の休業、個人事業主等の特例の場合 20万円以内

その他の場合 10万円以内

③貸付利子・保証人

無利子・不要

(2) 総合支援金（主に失業された方）

①対象者

新型コロナウィルス感染症の影響を受け、収入の減少や失業等により、生活に困窮し、日常生活の維持が困難となっている世帯

②貸付上限額 (2人以上) 月20万円以内

(単身) 月15万円以内 (貸付期間:原則3ヶ月以内)

③貸付利子・保証人

無利子・不要

3. 電気・ガス料金等の支払い猶予等

新型コロナウィルス感染症拡大の影響により、電気・ガス料金・水道・下水道・NHK・固定電話・携帯電話の使用料・公営住宅の家賃の支払いが困難な方に対しては、料金の未払いによる供給停止の猶予など、支払いの猶予について柔軟な対応を行うよう要請が出されています。

支払いにお悩みの場合は、まずは一度契約されている電気・ガス等の事業者にご相談ください。

4. 住居確保給付金

離職や自営業の廃業により経済的に困窮し、住居を失う、または失うおそれがあり、今後の就職活動のために住居を確保する必要がある方に対して、家賃相当額を支給する「住居確保給付金事業」があります。

対象者 ・離職・廃業後2年以内の者

・給与等を得る機会が当該個人の責に帰すべき理由・当該個人の都合によらないで減少し、離職や廃業と同程度の状況にある者

5. 傷病手当金

健康保険等の被保険者が、新型コロナウイルス感染症に感染し、その療養のために働くことができない場合、所得補償を受けられます。

(1) 支給要件

- ①業務災害以外の病気やケガの療養のために働くことができないこと
- ②4日以上仕事を休んでいること

(2) 支給期間 支給を始めた日から最長1年6か月の間

(3) 1日あたりの支給額

傷病手当金の支給開始日の属する月以前の直近12か月間の標準報酬月額を平均した額の30分の1に相当する額の3分の2に相当する額

6. 国民健康保険料・後期高齢者医療保険料の減免

新型コロナウイルス感染症の影響により一定程度収入が下がった方々等は、保険料（税）の減免を受けられる場合があります。

詳細は、お住いの市区町村にお問い合わせください。

以前ご依頼いただいた方・福岡市西区・糸島市の方へ

弊所では、新型コロナウイルス感染拡大により、世界中の人々の生活に多大な影響が出ている状況のなかで、何か私たちにできることをしたいという思いから、以前ご依頼いただいた方と福岡市西区・糸島市の方からの新型コロナウイルスに関するお困りごとについての相談を無料でお受けすることとしました。

不安なこと・困っていることなどありましたら、ぜひご活用ください。

期間：令和2年5月1日～当面の間

方法：お電話又はホームページのお問い合わせフォームから事前に予約をいただき、電話相談・オンライン相談（zoom等）等で対応させていただきます。



司法書士・行政書士 いとボヌール事務所
理念

1. すべての人・企業・動物と私たちの幸せを目指します。
2. お客様の「想い」に寄り添います。
3. お互いに尊重し合い、学び合いながら、共に進化し続けます。
4. 地域に感謝し、元気で持続可能なまちづくりに貢献します。



〒819-0373

福岡市西区周船寺2-14-29 エトランゼE302号室
司法書士・行政書士 いとボヌール事務所
TEL (092) 210-1410 いとボヌール



人も企業もどうぶつも。「ほっ」と「ワクワク」を創ります。