

福祉保健

令和元年 11月
11
2019

11月は児童虐待防止推進月間です

児童虐待とは、保護者によって子供に加えられた行為で、身体的虐待・性的虐待・心理的虐待・ネグレクト（養育の放棄または怠慢）に分類されますが、ほとんどの場合、重複して起こっています。

昨年度における、都内の児童相談所での虐待対応件数は、16,967件となっており、この10年間で約5倍となり、毎年増加しています。また、児童虐待によって尊い命が失われる痛ましい事件が後を絶ちません。

児童虐待はどの家庭でも起こりうることで、皆さんのちょっとした気づきや心配りで深刻化を防ぐことができます。

「心配だな、虐待かな?」と思ったら

児童相談所全国共通ダイヤル189や、子供家庭支援センターへご連絡ください。

○連絡は匿名で結構です。

○秘密は守ります。

○子供の安全を第一に考えます。

東京都児童虐待防止公式HP「東京OSEKKAI化計画」

OSEKKAI 

児童相談所全国共通ダイヤル



子供家庭支援センター

HP http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kodomo/kosodate/ouen_navi/center.html



子育ての悩みや困っていることを相談してください

電話による相談 TEL 03-3366-4152 (よいこに電話相談)

聴覚・言語障害者用 FAX 03-3366-6036

月曜日から金曜日：9時から21時まで

土曜日・日曜日・祝日：9時から17時まで (年末年始を除く)

LINEによる相談 子ゴコロ・親ゴコロ相談@東京

月曜日から金曜日：9時から21時まで

**11月の平日は相談時間を23時まで延長します！
(22時30分まで受付)**

土曜日・日曜日・祝日：9時から17時まで



(友だち登録)

子供の健やかな成長のために

東京都は、体罰などによらない子育てのポイントをまとめた動画やハンドブックなどを作成しました。ハンドブックは最寄りの子供家庭支援センターや保健センター等で配布しています。ホームページから動画の閲覧やハンドブックのダウンロードができます。ぜひご利用ください。



問 福祉保健局 少子社会対策部 家庭支援課 TEL 03-5320-4090 FAX 03-5388-1406

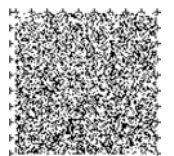
今月の主な内容

11月16日から12月15日は東京都エイズ予防月間です！／	
11月は乳幼児突然死症候群（SIDS）対策強化月間です	2
令和元年台風第19号に対する義援金の募集について／11月は動物譲渡促進月間です	3
肺の健康、気にしていますか？～11月20日は世界COPDデー～／	
子宮頸がん検診受診促進啓発講演会を開催します	4
今日から始めよう！糖尿病予防～11月14日は世界糖尿病デー～／	
「とうきょうユニバーサルデザインナビ」をリニューアルしました	5
お知らせ	6、7
令和元年度麻薬・覚醒剤乱用防止運動都民大会を開催します！／	
多様な食品を組み合わせるフレイルを予防しよう！	8

問 = 問い合わせ先、HP = ホームページ、TEL = 電話番号、FAX = ファックス番号、E = Eメールアドレス



このマークは、目の不自由な方などのための「音声コード」で、位置を示すために切り込みを入れてあります。専用の読み上げ装置で読み取ると、記載内容を音声で聞くことができます。



11月16日から12月15日は東京都エイズ予防月間です!

令和元年度テーマ『わたしの一步から。』



昨年、東京都内では422人(1日当たり約1.2人)が、新たにHIVに感染、またはエイズを発症したことが分かっており、そのうち、20歳代から30歳代が約63%と若い世代に多くなっています。

月間中は検査・相談体制を拡充します(匿名・無料)

HIV検査は、東京都内の保健所や検査室で、年間を通じて匿名・無料で受けることができます。

また、月間中は、他の性感染症検査(梅毒・クラミジア・淋菌)を含め、通常行っている検査を拡大して実施します。

東京都内の検査情報については、「東京都HIV検査情報Web」を検索してください。

[HP](http://tokyo-kensa.jp/) <http://tokyo-kensa.jp/>



講演会「働く世代に多いHIV/エイズ ～誰もが働きやすい職場とは～」

日時 12月4日(水曜日) 19時から21時まで

会場 ビジョンセンター新宿(JR「新宿駅」東口・中央東口より徒歩7分 西武新宿線「西武新宿駅」正面口より徒歩7分 東京メトロ・都営地下鉄「新宿三丁目駅」C6出口より徒歩3分、E1・E4出口より徒歩1分)

申込み 11月28日(木曜日)までにFAXかHPで。

HP http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/iryo/kansen/aids/yobo_gekkan/yobo_g_keihatsu.html



HIV/エイズイベント「Words of Love～Let's talk about HIV/AIDS～」(参加無料)

日時 11月26日(火曜日) 18時から19時30分まで

会場 「サナギ新宿」JR「新宿駅」東南口より徒歩1分

出演者 MC: ダイノジ(お笑い芸人) ゲスト: 小島みなみ、ブルボンヌ 他
イベントの詳細は **HP** <http://wordsoflove.jp>

東京都庁を赤くライトアップ

12月1日(日曜日)から12月9日(月曜日)まで 18時から23時まで

エイズパネル展示

11月25日(月曜日)から11月29日(金曜日)まで 都庁第一本庁舎1階中央

感染症総合サイト「東京都性感染症ナビ」

「東京都性感染症ナビ」は、性感染症について、症状や予防方法、検査などの情報を分かりやすく掲載した性感染症総合サイトです。流行中の梅毒について学べる動画やeラーニングを掲載し、梅毒の特徴や予防方法などを、クイズ形式で勉強することができます。

HP <http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/seikansensho/>



東京都HIV/エイズ電話相談(匿名)

TEL 03-3292-9090

「感染しているのでは」という不安や「どんなことで感染するの」など様々な相談ができます。

月曜日から金曜日まで: 9時から21時まで
土曜日・日曜日・祝日: 14時から17時まで

問 福祉保健局健康安全部感染症対策課 **TEL** 03-5320-4487 **FAX** 03-5388-1432

11月は乳幼児突然死症候群(SIDS)対策強化月間です

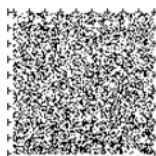
SIDSは、何の予兆や既往歴もないまま乳幼児が死に至る原因の分からない病気で、窒息などの事故とは異なります。SIDSの予防方法は確立していませんが、以下の3つのポイントを守ることにより、SIDSの発症率が低くなるというデータがあります。

1. 1歳になるまでは、寝かせる時はあおむけに寝かせましょう
2. できるだけ母乳で育てましょう
3. たばこをやめましょう

東京都では、毎週金曜日10時から16時まで電話相談を実施しています。

『SIDS電話相談 子供を亡くされたご家族のために **TEL** 03-5320-4388』

問 福祉保健局少子社会対策部家庭支援課 **TEL** 03-5320-4368 **FAX** 03-5388-1406



令和元年台風第19号に対する義援金の募集について

東京都では、令和元年台風第19号により被害を受けた被災者への義援金を募集しています。義援金は、令和2年2月29日（土曜日）まで口座振込により受け付けています。ご協力をお願いします。詳しくは、福祉保健局 [HP](#) をご覧ください。

令和元年台風第19号東京都義援金

(1) 東京都への義援金

金融機関	みずほ銀行	預金種目	普通
支店名	東京都庁出張所	口座番号	3001779
店番号	777	口座名	令和元年台風第19号東京都義援金東京都分

(2) 被災県への義援金

金融機関	みずほ銀行	預金種目	普通
支店名	東京都庁出張所	口座番号	3001760
店番号	777	口座名	令和元年台風第19号東京都義援金被災県分

[HP](http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/joho/soshiki/shidou/shidou/oshirase/R01taifu19gienkin.html) <http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/joho/soshiki/shidou/shidou/oshirase/R01taifu19gienkin.html>

問 福祉保健局指導監査部指導調整課 TEL 03-5320-4192 FAX 03-5388-1416

11月は動物譲渡促進月間です

東京都では、動物愛護相談センターや動物愛護団体等が行う保護犬、保護猫の譲渡活動をより多くの方々に知っていただくため、東京都独自の取組として、11月を「動物譲渡促進月間」としています。月間中はワンちゃんとうきょう展として譲渡事業PRイベントや講習会等、様々な取組を行っています。

ワンちゃんとうきょう展の一環として、11月30日（土曜日）13時から17時まで、東京都議会議事堂1階都民ホールで、犬・猫のしつけに関する講習会や動物愛護をテーマとしたミュージカルの上演等を行います。参加費は無料です。

申込 11月15日（金曜日）まで（当日受信・消印有効）[Eメール](#)または往復はがきにより、下記事項をご記入の上、お申込みください。1回の申込みで複数名応募いただけます。参加の可否は、申込方法と同じ方法により、後日通知いたします。

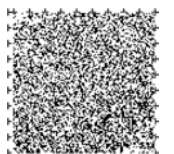
記入事項 ①イベント名(11月30日ワンちゃんとうきょう展) ②参加者全員の氏名(ふりがな) ③代表者の住所・電話番号 ④ [Eメール](#)でお申込みの場合はEメールアドレス

申込先 [Eメール](mailto:S0000292@section.metro.tokyo.jp) S0000292@section.metro.tokyo.jp
往復はがき 〒163-8001 東京都福祉保健局健康安全全部環境保健衛生課（郵便番号を記載すれば、住所の記載は不要です。）
※返信用はがきには、必ず返信先の住所及び氏名をご記入ください。
※手話通訳をご希望される場合は、事前に下記担当までお申し出ください。

また、東京都動物情報サイト「ワンちゃんとうきょう」では、保護犬や保護猫を新しい家族として迎え入れる方法や譲渡会の情報などを掲載しています。ぜひご覧ください！

[HP](https://wannyan.metro.tokyo.lg.jp/) <https://wannyan.metro.tokyo.lg.jp/>

問 福祉保健局健康安全全部環境保健衛生課 TEL 03-5320-4412 FAX 03-5388-1426



肺の健康、気にしていますか？ ～11月20日は世界COPDデー～

「世界COPDデー」は、世界各国でCOPD（慢性閉塞性肺疾患）という疾患について啓発していく目的で、WHO（世界保健機関）とNHLBI（米国心臓、肺、血液研究所）の共同プロジェクトから始まった世界的な組織であるGOLD（Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease）が定めた日です。



平成29年には日本人男性における死因の第8位（※1）となっており、推計患者数は530万人（※2）といわれているCOPDですが、あまり知られていないのが現状です。（※1 厚生労働省 人口動態統計 2017年 ※2 NICEスタディ 2001年）

COPDってどんな病気？

COPDは、有毒な粒子やガスの吸入による進行性の肺の疾患です。主な原因は喫煙で、他に粉塵や化学物質などが考えられます。これまで「肺気腫」や「慢性気管支炎」と言われていた疾患も、COPDに含まれます。

重症化すると、少し動くだけでも息切れしてしまい、酸素吸入が必要になるなど、生活に大きく影響してしまいます。



COPDの原因の約90%は、たばこの煙

長引くせき・たん・息切れなどの症状。自己判断で、「年のせい」「風邪の治りが悪いだけ」などと思い込んでいませんか？

たばこを吸っている（以前吸っていた）人で、右の症状のうちいくつか思い当たる方は、COPDの可能性がります。



COPDの診断と治療

思い当たる症状がある方は、呼吸器科のある病院を受診しましょう。COPDは、スパイロメーターという機器で呼吸機能検査をして診断します。

悪化してしまった肺機能は、残念ながら完全に健康な状態に戻すことは困難です。しかし、禁煙や薬物療法、酸素療法によって、病気の進行を遅らせたり、症状を和らげることができます。



「もしかして、COPDかな？」と思い当たる点があれば、これ以上呼吸機能を悪化させないためにも、早めに受診して適切な治療を受けましょう。また、周りにCOPDと思われる人がいたら、是非COPDについてお伝えください。

★ 詳細については [HP](#) をご覧ください。

問 福祉保健局保健政策部健康推進課 TEL 03-5320-4361 FAX 03-5388-1427

HP <http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kensui/copd/index.html>

子宮頸がん検診受診促進啓発講演会を開催します

近年、子宮頸がんにかかる20代女性が増加していますが、20歳から29歳までの女性の7割が定期的に子宮頸がん検診を受けていないことが分かっています。

東京都では、主に20代女性を対象に、子宮頸がん検診の受診促進を呼びかける講演会を開催します。

- | | |
|--------------|---|
| 名 称 | 20代女子のステキな未来を目指す特別講座 |
| 日 時 | 11月27日（水曜日）17時から18時30分まで |
| 場 所 | 國學院大學 渋谷キャンパス 学術メディアセンター1F 常磐松ホール
（渋谷区東4-10-28） |
| 出 演 者 | ゲスト 谷 まりあさん（モデル）
医師 小田 瑞恵先生
（こころとからだの元氣プラザ診療部長、東京慈恵会医科大学産婦人科准教授）
経験者 河村 裕美さん、小磯 朋子さん（認定NPO法人オレンジティ） |
| プログラム | ○子宮頸がん講座
医師による子宮頸がんの解説、経験者による体験談、トークディスカッション
○谷まりあのミニトークショー |
| 参加費 | 無料 |
| 申込方法 | 11月22日（金曜日）までに、 HP にて申込み受付（定員300名） |
| HP | http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kensui/gan/2019kouza/ |



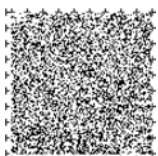
谷まりあさん

- ◆子宮頸がん検診は、20歳から2年に1回受けましょう
- ・子宮頸がん検診では、医師による診察と細胞診を行い、15分程度で終わります
- ・このような症状に気づいたらすぐに医療機関へ
不正出血、おりものの異常、下腹部や腰の痛みなど

東京都がん検診啓発キャラクター
モシカモくん



問 福祉保健局保健政策部健康推進課 TEL 03-5320-4363 FAX 03-5388-1427



今日から始めよう！糖尿病予防 ～11月14日は世界糖尿病デー～

糖尿病は、血液中のブドウ糖濃度（血糖値）の高い状態が続く病気です。40歳から74歳までの都民のおよそ4人に1人は、糖尿病を発症しているかその予備群です。

初期には自覚症状はほとんどないため、高血糖状態を放置していると血管への障害が進行し、腎症、網膜症、神経障害から、人工透析、失明、下肢切断等の深刻な合併症を引き起こします。糖尿病予防のために、食生活を整え、体を動かし、ストレスをためないようにするなど、正しい生活習慣を実践しましょう。また、定期的に健康診断を受け、血糖値が高いと言われたらすぐに医療機関を受診し、糖尿病と診断がされたら、医師の指示に従い血糖値をコントロールすることが大切です。

糖尿病に対する意識を高め、より多くの人に予防を心がけてもらうため、東京都では毎年11月14日の世界糖尿病デーに合わせて取組を行っています。今年度の取組は以下のとおりです。



●都庁舎・都立施設ブルーライトアップ

糖尿病啓発のシンボルカラーであるブルーで、都庁舎及び都立施設をライトアップします。

期間	施設名	点灯時刻
11月11日(月曜日)から 11月15日(金曜日)まで	東京都庁第一本庁舎	18時から23時まで
	東京芸術劇場	日没から22時まで
	東京ゲートブリッジ	日没から24時まで ※11月14日(木曜日)のみ
	東京ビッグサイト	17時から22時まで ※11月14日(木曜日)のみ
	駒沢オリンピック公園	日没から21時まで



●予防啓発動画「他人事（ひとごと）ではない！～今日から始めよう！糖尿病予防～」

リポーターの阿部祐二さんを進行役に、ミニドラマ形式で糖尿病を予防する生活習慣を紹介します。

・YouTube東京都チャンネル

HP <https://www.youtube.com/watch?v=ngYCeRrtx3Q&feature=youtu.be>

※とうきょう健康ステーションにも、動画へのリンクを掲載します。

HP <http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kensui/tonyo/citizen/movie.html>



問 福祉保健局保健政策部健康推進課 TEL 03-5320-4356

「とうきょうユニバーサルデザインナビ」をリニューアルしました

11月1日（金曜日）、東京都内のバリアフリー・ユニバーサルデザイン情報を集約したポータルサイト「とうきょうユニバーサルデザインナビ」（略称：UDナビ）をリニューアルしました。おでかけ先でもより便利にお使いいただけるように、GPS機能等が追加されました。ぜひご利用ください。

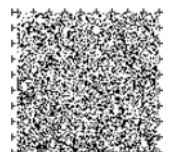


<とうきょうユニバーサルデザインナビとは>

駅構内の段差のないルートや多目的トイレの場所、おでかけ先の施設の情報など、様々なウェブサイトに掲載されているバリアフリー・ユニバーサルデザイン情報を集めた、おでかけに必要な情報をお届けするポータルサイトです。

<主なリニューアルポイント>

- GPS連動による現在地表示の追加
- ユニバーサルデザイン設備のピクトグラム表示
- 誰にも見やすく読み間違えにくいユニバーサルデザインフォントの導入



問 東京都福祉保健財団 TEL 03-3344-8534 HP <https://www.udnavi.tokyo/>

お知らせ

●放射線に関するシンポジウムを開催します！「私たちと放射線」

日時 11月30日（土曜日）10時から12時30分まで
場所 東京都健康安全研究センター 6階会議室（新宿区百人町3-24-1）

【プログラム】

第一部 パネリストによる講演

- 講演1** 生活の中で利用される放射線
公益社団法人日本アイソトープ協会 学術振興部 研修課 課長 中村 美和 氏
- 講演2** 放射線が変わる 学校での授業
公益財団法人日本科学技術振興財団 人財育成部 主査 掛布 智久 氏
- 講演3** 放射線の影響と安心のための知恵
帝京大学医療技術学部 診療放射線学科 教授 鈴木 崇彦 氏
- 講演4** 放射線に関する東京都の取組
東京都健康安全研究センター 環境衛生研究科 科長 小西 浩之 氏

第二部 パネルディスカッション ～放射線との付き合い方を考える～

ファシリテーター：東京大学 環境安全本部 教授 飯本 武志 氏

定員 100名（参加無料／申込者多数の場合は抽選）

申込方法 TEL、ハガキ、FAX、Eメールにより、下記①から⑩までを記入し、運営事務局までお申込みください。
①氏名（ふりがな） ②電話番号 ③住所 ④FAX番号 ⑤Eメールアドレス ⑥業種（お勤めの方） ⑦同行者全員の氏名 ⑧パネルディスカッションで取り上げてほしい内容・ご質問 ⑨手話通訳や車いすの利用などが必要な方はその旨 ⑩保育を希望される方は子供の人数と年齢

※参加証をお送りするため、①②は必ず、③④⑤はいずれかの記載をお願いいたします。

※参加証は、当日会場受付までお持ちください。

申込先 シンポジウム運営事務局

TEL 03-6661-0215 【平日9時から17時まで】 FAX 03-6661-7517 Eメール hoken@seiko-sha.co.jp
〒103-0001 中央区日本橋小伝馬町14-9小伝馬ファインビル3F（株式会社成光社内）



申込期限 11月15日（金曜日）必着

問 東京都健康安全研究センター 環境情報担当 TEL 03-3363-3487（直通）【平日9時から17時まで】

●障害者差別解消シンポジウムを開催します！

東京都障害者差別解消条例（平成30年10月1日施行）で義務化した「合理的配慮の提供」などについて、民間事業者・都民の皆様へ理解いただき、差別解消への取組を一層推進していくため、下記のとおりシンポジウムを開催します。

日時 12月20日（金曜日）13時30分から16時まで ※終了時刻は前後する可能性があります。

会場 東京国際交流館プラザ平成 国際交流会議場
（ゆりかもめ線「東京国際クルーズターミナル」駅より徒歩3分）

対象 都内の民間事業者・参加を希望する都民の皆さま

内容 障害者差別解消法や都条例の説明、障害当事者や事業者による講演等
内容や申込方法など詳細については、福祉保健局 HP をご覧ください。ぜひご参加ください。

HP http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/shougai/shougai_shisaku/sabetsukaisho_yougo/jigyousha_setsumeikai.html

問 福祉保健局障害者施策推進部計画課 TEL 03-5320-4559

障害者理解促進特設サイト「ハートシティ東京」 **HP** <http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/tokyoheart/>



●若年性認知症企業向けセミナーを開催します！

65歳未満で発症する「若年性認知症」は、働き盛り世代で発症することから、ご本人や家族は就労継続や経済問題など、高齢期で発症する認知症と異なる課題に直面します。若年性認知症は最初に職場の方が気づくことも多く、職場内での正しい理解と支援が重要です。

東京都では、企業・団体の人事・労務担当者等を対象に若年性認知症について理解を深めていただくため、企業向けセミナーを開催します。

日時 12月17日（火曜日）14時から16時45分まで

会場 T K P市ヶ谷カンファレンスセンター ホール5 A（新宿区市谷八幡町8）

定員 250名 ※参加無料、先着順

内容 ①【基調講演】若年性認知症の理解と支援 講師：東京都立松沢病院 認知症疾患医療センター センター長 新里 和弘 氏

②若年性認知症の方が利用できる支援・制度

③若年性認知症総合支援センターと企業との連携

申込方法 12月2日（月曜日）までにHPまたはFAXにてお申し込みください。

申込先 **HP** http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/zaishien/ninchishou_navi/gyouji/jakunen_seminar/index.html

FAX 03-5388-1395 東京都福祉保健局高齢社会対策部在宅支援課

記載事項 ①氏名（ふりがな） ②所属 ③住所 ④電話番号 ⑤Eメールアドレス（HPの場合） ⑥車椅子での参加、拡大文字資料、手話通訳の希望の有無

問 東京都福祉保健局高齢社会対策部在宅支援課 TEL 03-5320-4276

●東京都社会福祉審議会委員の募集

社会福祉に関する事項（児童福祉及び精神障害者福祉を除く。）の調査審議を行います。

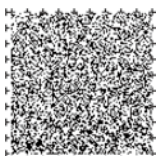
資格 都内在住の18歳以上の方で、年数回程度開催される審議会に出席できる方（公務員を除く。）

人員 3名程度

任期 令和2年4月1日から3年間

申込 12月27日（金曜日）まで（必着）に作文「応募動機及びこれからの社会福祉のあり方」（600字～800字）と、住所、氏名（ふりがな）、年齢、性別、職業及び電話番号を別紙として添付し、〒163-8001 東京都福祉保健局総務部企画政策課へ。審査結果は、令和2年2月頃に通知します。

問 福祉保健局総務部企画政策課 TEL 03-5320-4019 FAX 03-5388-1401



●令和2年度IT技術者在宅養成講座

- 対象** 都内在住で身体障害者手帳1～3級をお持ちで高卒程度の学力があり、在宅で週4日以上、1日4～6時間の学習が可能な方
期間 2年
人数 5名程度
申込 12月17日(火曜日)まで消印有効。募集要項の請求は140円切手を貼った返信用の封筒(A4サイズ)を同封し、事前に社会福祉法人東京コローニ職能開発室へ(HPからダウンロードも可能)HP:https://www.tocolo.or.jp/syokunou/〒170-0005 豊島区南大塚3-43-11 福祉財団ビル6階 TEL:03-6914-0859 FAX:03-6914-0869へ。詳細はHPで。
問 職能開発室または福祉保健局障害者施策推進部計画課 TEL:03-5320-4147 FAX:03-5388-1413

●「東京都障害者施策推進協議会」委員の募集

- 障害者計画、障害福祉計画、障害児福祉計画など、障害者施策推進に関する事項の調査審議を行います。
資格 都内在住の18歳以上(12月20日現在)の方で、年数回程度開催される協議会に出席できる方
人数 2人以内
任期 2年
申込 12月20日(金曜日)まで(消印有効)に作文「私が考える障害者の暮らしやすい社会とは」(400字～800字)と、別紙に「住所・氏名(ふりがな)・年齢・性別・職業・電話番号・都の他の審議会参加の有無」を書き、〒163-8001 福祉保健局障害者施策推進部計画課へ。
審査方法 書類審査(必要に応じて、面接を実施予定)
問 福祉保健局障害者施策推進部計画課 TEL:03-5320-4100 FAX:03-5388-1413

●令和元年度東京都失語症者向け意思疎通支援事業普及啓発シンポジウム

- 内容** 「失語症を知る」動画上映・講演・当事者及び支援者等によるパネルディスカッション
日時 12月1日(日曜日)14時から16時まで(13時30分受付開始)
会場 中野セントラルパークカンファレンスB1F
定員 先着200名(要事前申込)
参加費 無料
締切 11月22日(金曜日)
申込方法 氏名(ふりがな)・所属・連絡先・身体介助の有無・情報保障の有無などを郵送・FAX・Eメール等により申込。詳細はHPで。
申込先 一般社団法人東京都言語聴覚士会(〒164-8512 中野区中野4-1-1 中野サンプラザ9階、TEL:03-6859-7568、Eメール:shitsugo-shimpo@st-toshikai.org、FAX:03-5388-1413)
問 一般社団法人東京都言語聴覚士会・福祉保健局障害者施策推進部計画課 TEL:03-5320-4147
HP http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/shougai/koza/situgosyosimpojiu.html

●令和元年度東京都自立支援協議会セミナー(第24回東京都障害者福祉交流セミナー)

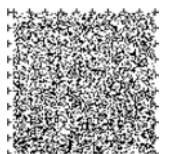
- テーマ** 障害のある人とつくる「みんなが暮らしやすい社会」～「わたしたち」の社会を豊かにするために～
内容 第1部 基調講演 多様性を生きるわたしたち～障害者のリアルに迫りながら～
 野澤 和弘氏(植草学園大学客員教授 一般社団法人スローコミュニケーション代表)
 第2部 パネルディスカッション 障害のある人のホンネ:「暮らしやすい社会」とは?
 ～いろんな視点から社会を見つめてみると～
日時 令和2年1月20日(月曜日)13時20分から16時40分まで(受付は、12時30分から)
会場 東京都社会福祉保健医療研修センター1階講堂
定員 300人程度(応募者多数の場合は抽選)
申込 12月11日(水曜日)までに、所定の申込書(HPで入手)をFAXまたはEメールでお送りください。
問 東京都心身障害者福祉センター地域支援課 TEL:03-3235-2952 FAX:03-3235-2957 Eメール:S0200128@section.metro.tokyo.jp
HP http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/shinsho/jiritsushienkyougikai/dai6ki/1reiwa/index.html(11月11日12時公開予定)

●東京都障害者スポーツセンター

	開催名	開催日・時間	対象者	申込
総合	※1 みんなでテニス 【共催:センタークラブ】 王子グリーンテニスクラブ	11月17日(日曜日) 2月22日(土曜日) 13時から16時まで ※雨天中止	障害児者・介護者 地域住民	不要
	※2 みんなで卓球 【共催:センタークラブ】 レインボー スペシャルオリンピックス東京	11月23日(土曜日・祝日) 2月29日(土曜日) 13時から15時まで	障害児者・介護者 地域住民	不要
	※3 ノルディックウォーキング教室	11月19日(火曜日) 13時15分から14時30分まで	障害児者	不要
多摩	※4 TAMAアクア	11月7日(木曜日)12時から13時まで	障害児者	不要
	※5 みんなで卓球	11月10日(日曜日)10時から12時まで	障害児者・介護者 地域住民	
	※6 レッツ☆HIPHOP	11月23日(土曜日・祝日)12時から13時まで	障害児者・介護者 地域住民	

- ※1 ※2 初心者でも大丈夫!ラケットスポーツを通じて、みんなで交流しましょう!ご家族、お友達、ご近所の方も一緒にどうぞ!
 ※3 屋内外で楽しめるノルディックウォーキング。ここにごペースで気持ちよく、野外の気持ちよさを一緒に楽しみましょう!
 ※4 リラクゼーションからアクアピクスまで水中で楽しく身体を動かしましょう!
 ※5 卓球好き集まれ!初心者から上級者までゲームやラリーを楽しみましょう!
 ※6 HIPHOPにチャレンジしてみYO!レッツダンス!!

- 問** 東京都障害者総合スポーツセンター TEL:03-3907-5631 FAX:03-3907-5613
HP https://tsad-portal.com
問 東京都多摩障害者スポーツセンター TEL:042-573-3811 FAX:042-574-8579
HP https://tsad-portal.com



令和元年度麻薬・覚醒剤乱用防止運動都民大会を開催します！

東京都では、麻薬・覚醒剤等の薬物乱用による危害を広く都民に周知し、薬物乱用の根絶を図るため、令和元年度麻薬・覚醒剤乱用防止運動都民大会を開催します。

日時 11月24日(日曜日) 13時から15時30分まで
会場 東京都議会議事堂 都民ホール(新宿区西新宿2-8-1)
参加方法 入場無料・事前申込制(200名)(申込期限:11月19日(火曜日))
 申込みの詳細は [HP](#) または下記問い合わせ先まで

問 福祉保健局健康安全部薬務課 TEL 03-5320-4504

HP 福祉保健局トップページ⇒健康・安全⇒健康・安全施策⇒今こそストップ！薬物乱用⇒麻薬・覚醒剤乱用防止運動

HP http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kenkou/kenkou_anzen/stop/btaikai.html

- (1) 式典(主催者挨拶等)
- (2) 表彰式(麻薬・覚醒剤乱用防止功労者表彰式、薬物乱用防止ポスター・標語入賞者表彰式、薬物乱用防止高校生会議参加校表彰式)
- (3) 東京都による薬物乱用防止対策報告
- (4) アトラクション(タレント等によるステージショーなどを予定)
- (5) 薬物乱用防止高校生会議活動成果発表
- (6) 大会宣言



多様な食品を組み合わせてフレイルを予防しよう！

～東京都とファミリーマートが協力して、健康づくりに役立つ情報発信をしています～

東京都では、「東京都健康推進プラン 21(第二次)」に基づいて、高齢者がいきいきと暮らせるよう、フレイル予防のための取組を推進しています。

取組の一つとして、都民の皆さんにとって身近な存在のコンビニエンスストアのファミリーマートと協力して、フレイル予防に役立つポスターの掲示やリーフレットの配布を行いました。

また、フレイル予防のためには、多様な食品を組み合わせ、栄養バランスのよい食事をとることが大切です。お弁当や総菜を選ぶときにも、メニューを組み合わせているいろいろな食品をとることやその日に食べていない食品が含まれるものを選ぶのに参考になるよう、店内の商品の価格カードに使用食品を表示する取組も行いました。

フレイル予防のための食事の工夫点等を掲載したリーフレットは、ホームページでも紹介しています。

なお、1品で栄養バランスが整ったビビンバ丼の販売も行います。



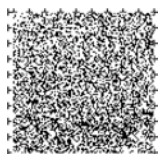
◆ビビンバ丼の販売 11月25日(月曜日)まで都内のファミリーマート各店舗で実施中

問 福祉保健局保健政策部健康推進課 TEL 03-5320-4357 FAX 03-5388-1427

HP <http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kensui/kourei/index.html>

10月の動き

- | | | | |
|--------|--|---------|--|
| 1日～12日 | 乳がん月間キャンペーン ピンクリボンin東京2019
ピンクライトアップ | 19日～20日 | リレー・フォー・ライフ・ジャパン東京上野2019 |
| 2日 | 第155回老年学・老年医学公開講座「認知症、こうすれば予防できる!」
東京都子供・子育て会議 第17回計画策定・推進部会
東京都児童福祉審議会第2回本委員会 | 21日 | 薬事及び薬物乱用防止関係功労者知事感謝状贈呈式 |
| 5日～11日 | 乳がん月間キャンペーン ピンクリボンin東京2019 パネル展 | 24日 | 所有地を活用した社会福祉施設建替促進施設の利用事業者公募説明会 |
| 5日 | ひきこもりに関する合同相談会 | 25日 | 東京都物故民生児童委員追悼式
東京都南方地域戦没者追悼式 |
| 6日 | 犬・猫の譲渡事業PRイベント | 26日 | 東京都健康安全研究センター 施設公開 ～検査の最前線を体感!～
令和2年度子供が輝く東京・応援事業 事業者公募説明会 |
| 8日 | 福祉のまちづくり功労者に対する知事感謝状贈呈対象者選考委員会 | 30日 | 東京都障害者差別解消支援地域協議会
第2回食の安全都民講座 シーズン到来!知って備える!ノロウイルス食中毒
東京都認知症対策推進会議 認知症医療支援体制検討部会(第2回)
東京都児童福祉審議会第6回専門部会 |
| 9日 | 第1回東京都食品安全審議会 | | |
| 10日 | 都医学研都民講座(第5回)睡眠と心の関係ー豊かな生活のためにー | | |
| 15日 | 第1回東京都健康推進プラン21(第二次)推進会議 | | |



福祉保健

vol. 183 令和元年 11月発行

印刷規格表第1類 印刷番号(30)62 〒163-8001 東京都新宿区西新宿2-8-1

東京都福祉保健局総務部総務課広報担当 ☎ 03-5320-4032(ダイヤルイン) FAX 03-5388-1400

東京都福祉保健局ホームページ <http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp>



リサイクル適性
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。