

# 福祉保健

令和元年 12月  
**12**  
2019

## 不育症検査助成事業を開始します

東京都では、不育症に悩む夫婦が早期に検査を受け、リスク因子を特定することで、適切な治療及び出産につながるよう、不育症検査に係る費用の一部を助成しますので、お知らせします。

### 助成内容

保険医療機関にて行った「不育症検査」に要した費用について、5万円を上限に助成します。※ 助成回数は夫婦1組につき、1回に限ります。

### 対象者

次の全てに該当する方で、平成31年4月1日以降に不育症検査を開始した方

- 1 検査開始日において夫婦（事実婚を含む。）であること。
- 2 検査開始日における妻の年齢が43歳未満の夫婦であること。
- 3 検査開始日から申請日までの間、法律婚の夫婦にあつては、夫婦いずれかが継続して都内に住民登録をしていること。事実婚の夫婦にあつては、夫婦ともに継続して都内の同一住所に住民登録をしていること。
- 4 2回以上の流産や死産あるいは早期新生児死亡の既往があること。又は 医師に不育症と判断されたこと。



**助成対象期間** 検査開始日から1年間（この間に実施した検査に係る費用が対象です。）

**助成開始適用年月日** 平成31年4月1日

**申請方法** 申請者が、必要書類を揃えて、東京都に郵送で申請します。

**必要書類** ①申請書、②医療機関が作成する証明書、③住民票の写し、④戸籍全部事項証明書（戸籍謄本）

**申請先** 〒163-8001 東京都福祉保健局少子社会対策部家庭支援課不育症検査担当

**受付開始年月日** 令和2年1月6日（月曜日）から

**申請期限** 原則として検査が終了した日から6カ月以内です。

### 平成31年度における特例

平成31年4月1日から検査を開始し、かつ、令和元年12月31日までに検査が終了した方については、一律、令和2年6月30日（火曜日）までを申請期限とします。

※ 検査終了日が令和2年1月1日以降の方は、原則どおり、終了日から6カ月以内に申請してください。

**問** 福祉保健局少子社会対策部家庭支援課 TEL 03-5320-4375 FAX 03-5388-1406

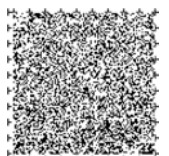
**HP** <http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kodomo/kosodate/josei/fuikushoukensa/index.html>

### 今月の主な内容

未成年者喫煙防止ポスターコンクール 入賞作品を決定しました！	2
麻薬・覚醒剤乱用防止運動都民大会を開催しました／	
TOKYOみみカレッジを開催しました！	3
保育のおしごと応援フェスタ2020 inTOKYOを開催します／	
40歳になったら、1年に1回、大腸がん検診を受けましょう！	4
ベビーシッター募集セミナーを開催します／	
訪問看護フェスティバルを開催します！	5
お知らせ	6、7
リーフレット「防ごう！ インフルエンザ感染～あなたが職場でできること～」を作成しました！	8



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。



## 未成年者喫煙防止ポスターコンクール 入賞作品を決定しました！

東京都では、都内の小学4年生から高校生までを対象に、たばこによる健康影響について、児童・生徒が正しい知識を身に付け、自ら考え、家族や友人と話し合っただくことを目的として、ポスターコンクールを開催しています。今年度は1,330点の応募をいただき、この度、入賞作品を決定しました。

入賞作品は、パネル展示やHPへの掲載などにより、たばこによる健康影響の普及啓発に活用していきます。

### パネル展示

日時 令和2年1月10日(金曜日) 10時から1月14日(火曜日)17時まで

会場 都庁第一本庁舎1階中央

※入賞作品は下記HPからご覧いただけます。

### 最優秀賞

#### 小学生の部



墨田区立中和小学校5年  
高間 萌生さん

#### 中学生の部



荒川区立第三中学校1年  
齊藤 百香さん

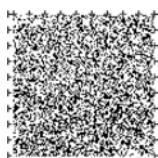
#### 高校生の部



都立工芸高等学校2年  
芹澤 芽生さん

### 優秀賞

部	学校名	学年	氏名	作品
小学生の部	国立市立国立第六小学校	4年	大原 志平さん	あなたのうしろ、困ってる人いませんか？
	杉並区立松庵小学校	6年	小町 彩夏さん	ほらね…きみの肺をいじめている
	足立区立綾瀬小学校	5年	青木 遊菜さん	その1本で未来が変わる
	江東区立亀高小学校	5年	伊東 依真さん	断る勇気をつなげよう
	西東京市立東伏見小学校	6年	小峰 未鼓さん	ぼくたちはタバコお断り！
中学生の部	練馬区立貫井中学校	2年	吉澤 葵さん	忘れないで あなたの空気はみんなの空気
	葛飾区立小松中学校	2年	福永 裕未さん	青春は自分で守る
	練馬区立貫井中学校	2年	大竹 埜乃子さん	どちらの自分が好きですか？
	北区立明桜中学校	2年	木内 智也さん	タバコはいらない 輝く未来に
高校生の部	立川市立立川第二中学校	2年	伊野 美来さん	あなたにも害 わたしにも害
	都立工芸高等学校	3年	加藤 美春さん	その一本が、多くの人を傷つける。
	都立工芸高等学校	3年	鳴美 杏花さん	未来のために断る勇気を
	都立工芸高等学校	3年	木村 波奈さん	自分だけじゃない。
	都立工芸高等学校	1年	小川 実月さん	あなたのせいで誰かが壊れる
都立工芸高等学校	3年	白鳥 里華さん	たばこは絶対ダメ！	



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/kitsuen/miseinenboushi/competition.html>





## 麻薬・覚醒剤乱用防止運動都民大会を開催しました

東京都では、全国で実施されている「麻薬・覚醒剤乱用防止運動」の一環として、11月24日（日曜日）に東京都議会議事堂都民ホール（新宿区）において令和元年度麻薬・覚醒剤乱用防止運動都民大会を開催しました。

当日は中学生による薬物乱用防止ポスター・標語東京都選考入賞者の表彰式等を行いました。今年度は、413校の中学校から、ポスター 11,834作品、標語41,247作品、合計53,081作品という数多くの応募がありました。また、お笑いコンビのきつねによるステージショーの他、薬物乱用防止高校生会議参加校である都立葛飾野高校及び都立葛飾商業高校による活動の成果発表を通じて、青少年やその保護者世代に薬物乱用防止を強く訴えました。

薬物を乱用すると自分自身の将来を奪うだけでなく、家族や友人にも被害を及ぼしてしまいます。勇気を持って断ることが何より大切です。東京都は、今後も薬物乱用の根絶を目指し、普及啓発などの活動を一層推進していきます。



### 標語部門 最優秀賞

新宿区立新宿西戸山中学校  
3年 植松 琴羽さん

捨てないで きみの未来は きみのもの  
断る勇気と 強い意志

### ポスター部門 最優秀賞

墨田区立堅川中学校  
3年 渡邊 賛美さん

### 標語部門 優秀賞

薬物に 心の居所 求めるな  
自分で開こう 明るい未来  
小金井市立緑中学校 1年 吉川 佐和子さん

大切な 一度の人生狂わせる  
絶対やめよう 薬物乱用  
武蔵村山市立第三中学校 2年 知久 菜々美さん

その誘い 一步止まって 考えて！  
この選択が 未来を変える！  
東大和市立第二中学校 2年 原口 凱斗さん

### ポスター部門 優秀賞



江東区立深川第五中学校  
3年 池田ももかさん



おおさわ学園 三鷹市立第七中学校  
2年 原嶋優見さん



江東区立第二亀戸中学校  
1年 長谷川幸也さん

問 福祉保健局健康安全部薬務課 TEL 03-5320-4504

## TOKYOみみカレッジを開催しました！

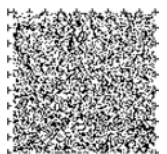
11月17日（日曜日）、首都大学東京南大沢キャンパスにおいて、「TOKYOみみカレッジ」を開催しました。

このイベントは、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会に向けて聴覚障害者が安心して東京を訪れることができるよう、東京都と公立大学法人首都大学東京、日本電気株式会社（NEC）が協働で、手話および聴覚障害について理解と関心を深めることを目的に開催したものです。

当日は、学生を中心に771名が参加し、学生によるステージ発表や学生参加型ワークショップ、藤光 謙司さん（世界陸上銅メダリスト）をはじめとしたアスリートによるトークショー、手話エンターテイメント発信団「oi oi」および大学生手話パフォーマンスによるミニライブなどの多彩なプログラムを実施し、参加者が手話や聴覚障害について理解を深めることができました。



問 福祉保健局障害者施策推進部計画課 TEL 03-5320-4147 FAX 03-5388-1413



## 保育のおしごと応援フェスタ2020 inTOKYOを開催します

東京都では、安心して子供を産み育てられる環境の実現のため、待機児童の早期解消を目指し、保育サービスのさらなる拡充に取り組んでいますが、そのためには保育の担い手である皆さん一人一人の力が不可欠です。

そこで、今年度も、「保育のおしごと応援フェスタ2020」として、現役保育士の方ももちろん、潜在保育士の方や保育士を目指す学生さんなど、保育の仕事に興味・関心をお持ちの全ての皆さんを対象としたイベントを開催します。

子供の心のつかみ方についてのトークショーや現役保育士によるパネルディスカッションなど保育の魅力を発信する各種プログラムのほか、これから保育所等に就労をお考えの方のために、都内40社の保育事業者が集まる就職相談会も実施します。

### イベント概要

**開催日時** 令和2年2月2日(日曜日) 10時から16時まで

**会場** 東京国際フォーラム ホールB7 (千代田区丸の内3-5-1)

**対象** 保育士資格をお持ちの方、保育士を目指す学生、保育の仕事に興味のある方

**開催内容** 小林よしひささんによるトークショー、久保田雅人さんによるスペシャルセミナー、菊地政隆先生(まあせんせい)と現役保育士によるパネルディスカッション、就職相談会など

**申込方法** イベント専用HP、事務局のTELまたはFAXにより受け付け

**事務局** 「保育のおしごと応援フェスタ2020 inTOKYO」事務局

TEL 03-6256-8335 (平日10時から17時まで) FAX 03-3263-4284

イベント専用HP <https://www.hoiku-festa2020.jp>

たくさんの  
みなさんご参加を  
お待ちしております!



東京都保育人材・  
保育所支援センター  
キャラクター ホイクマン

問 福祉保健局少子社会対策部保育支援課 TEL 03-5320-4130 FAX 03-5388-1406

## 40歳になったら、1年に1回、大腸がん検診を受けましょう!

- 大腸がんは、男女ともに**がんによる死亡原因の第2位**に位置するがんです。(平成29年)
- 大腸がんは、早期発見・早期治療により**95%以上が治る\***といわれています。
- 早期のがんでは自覚症状がないため、**毎年検診を受診することが大切**です。

### 検診の内容

\*対象年齢は40歳以上です\*

- 問診
- 便潜血検査(免疫便潜血検査2日法)

### 検診が受けられる場所

- お住まいの区市町村での検診
- 職場での検診  
(実施の有無は、職場にご確認ください。)
- 人間ドックなど

べんせんけつけんさ  
便潜血検査  
とは

便をこすって採取するだけの、自宅でできる簡単な検査です。がんやポリープがあると、大腸内で出血することがあることから、2日間の便を採取し、検診機関で便に含まれる血液の有無を調べます。

※ここでいう「治る(=治癒)」とは、診断時からの5年生存率です。

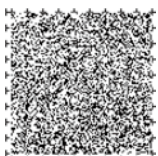
## Tokyo健康ウォーク2019を開催しました!

11月17日(日曜日)、大腸がん検診の受診を広く呼びかけるため、ウォーキングイベント「Tokyo健康ウォーク2019」を開催しました。秋晴れの中、約1,800名の参加者が木場公園を出発し、江東区を巡るコース(12km・6km)を、大腸がんクイズラリーを楽しみながら歩きました。

また、ウォーキングの後には、がん検診の第一人者である青森県立中央病院医療顧問 斎藤博医師とゲストの東尾理子さん・宮下純一さんによるトークショーを行い、参加者は大腸がんに関する知識や検診の大切さを学びました。東京都は、今後も大腸がん検診の推進により死亡率の減少を目指し、検診受診率向上のための啓発に取り組んでいきます。



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





## ベビーシッター募集セミナーを開催します

東京都では、待機児童の解消に向け、多様な保育サービスの整備を進めており、その一環として、平成30年度から「ベビーシッター利用支援事業」\*を実施しています。

このたび、本事業のベビーシッターとなっただけの方を広く募集するため、「ベビーシッター募集セミナー」を開催し、講演会や、事業者による就職相談会を行います。

保育士資格をお持ちの方、ベビーシッター経験のある方はもちろん、保育の経験がない方もご参加いただけます。託児室（要申込・先着順）もご用意しておりますので、ぜひお越しください。

**日時** 12月21日（土曜日）13時から17時まで（開場12時30分）（就職相談が終わった方から順次解散）

**会場** T K P ガーデンシティ渋谷

（渋谷区渋谷2-22-3 渋谷東口ビル1階／渋谷駅から徒歩3分）

**内容**

(1) 講演「ベビーシッターの仕事とは」（公益社団法人全国保育サービス協会）

(2) 講演「近年のベビーシッターニーズの高まり、行政との連携について」（東京都福祉保健局）

(3) 講演「ベビーシッターの仕事の魅力」（現役ベビーシッター）

(4) ベビーシッター利用支援事業認定事業者による就職相談会

（事業者ごとにブースを設け、就職相談を受け付けます。1日で複数のベビーシッター事業者の説明を聞くことが可能です。）

**参加費** 無料

**申込方法**

詳細は（公社）全国保育サービス協会 [HP](http://acsa.jp/htm/seminar201912) (<http://acsa.jp/htm/seminar201912>)掲載のチラシをご参照の上、12月18日（水曜日）までに申込フォームからお申し込みください。

※託児室の利用を希望される方は、申込時に必ず申込フォームの所定欄にその旨をご入力ください。

なお、先着順のため、ご希望に沿えない場合があります。

**問合せ先**

公益社団法人全国保育サービス協会 〒160-0007 新宿区荒木町5-4 クサフカビル2階

**TEL** 03-5363-7455 **FAX** 03-5363-7456

（本セミナーは、東京都が公益社団法人全国保育サービス協会に委託して実施します。）

※ベビーシッター利用支援事業とは

待機児童の保護者等が、お子さんが保育所等に入所できるまでの間、本事業の参画事業者として東京都が認定した認可外のベビーシッター事業者を利用する場合に、利用料の一部を助成する事業です。

保護者の方に安心してサービスを利用していただけるよう、事業に参画するベビーシッター事業者を東京都が独自に審査・認定するとともに、保育を担うベビーシッターの養成も行っています。

**問** 福祉保健局少子社会対策部保育支援課 **TEL** 03-5320-4131 **FAX** 03-5388-1406

## 訪問看護フェスティバルを開催します！

東京都では、都民の方や看護師の方等を対象に、訪問看護の実際や重要性、その魅力をPRし、理解促進と人材確保を図るイベントを開催します！なお、詳細は、東京都看護協会 [HP](https://www.tna.or.jp) をご覧ください。

**日時** 令和2年2月11日（火曜日・祝日）13時から17時まで（開場12時）

**会場** 東京都庁 第一本庁舎 5階 大会議場

**費用** 無料

**プログラム等**

●基調講演「意思決定支援～人生会議」

講師：紅谷浩之氏（オレンジホームケアクリニック 理事長/家庭医）

●公開座談会「食べるを支える」

登壇者：医師、訪問看護師、ヘルパー、歯科医師、言語聴覚士、管理栄養士

●ミニ交流会「訪問看護師に聞いてみよう」

●その他（12時から17時まで）

・展示…医療・介護用品

・訪問看護の紹介…活動の実際、制度利用、訪問看護ステーションの紹介など

・相談会…介護相談・進路相談・就業相談

**申込み**

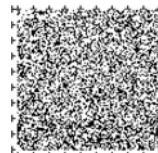
令和2年1月14日（火曜日）までに、東京都看護協会 [HP](https://www.tna.or.jp)、往復はがきまたは **FAX** によりお申し込みください。

[HP](https://www.tna.or.jp/nurse/entrusted/houmonrecruit/fes/) 東京都看護協会 <https://www.tna.or.jp/nurse/entrusted/houmonrecruit/fes/>

**郵送先**

〒160-0023 新宿区西新宿4-2-19 **FAX** 03-6300-0875

**問** 福祉保健局高齢社会対策部在宅支援課 **TEL** 03-5320-4216 **FAX** 03-5388-1395



# お知らせ

## ●福祉技術（言語聴覚士）の募集

### 資格

（Ⅰ類B）

採用予定日現在40歳未満で、言語聴覚士免許を有する人または令和2年春の国家試験により言語聴覚士免許を取得する見込みの人で下記のいずれかに該当する人

- ①大学において指定科目を修めて卒業した人または卒業見込みの人
- ②大学卒業を入学要件とする2年以上の言語聴覚士養成所等を修了した人または修了見込みの人

（Ⅱ類）

採用予定日現在30歳未満で、言語聴覚士免許を有する人または令和2年春の国家試験により言語聴覚士免許を取得する見込みの人で下記に該当する人

大学および大学卒業を入学要件とする2年以上の言語聴覚士養成所等を除く、言語聴覚士養成所等を修了した人または修了見込みの人

### 人員

若干名（予定）

### 勤務先

都立病院、療育センター等  
職場のご紹介

#### ●療育センター

##### 北療育医療センター

〒114-0033 北区十条台1-2-3

医療成人病棟・医療小児病棟 各25床・医療型障害児入所施設、療養介護 30床・医療型児童発達支援センター 利用定員 40名/日

本院と城南分園と城北分園の3つに分かれています。対象は重症心身障害児者、肢体不自由児者、発達障害児、知的障害児者、重複障害児です。城南分園と城北分園は対象者が主に発達障害児です。外来部門と通園部門があります。北療育医療センターは府中療育センターに比べ年齢層が若く、障害の幅が広いです。また、通園・通所があるため、対象者の療育にとどまらず家族や学校、他の施設への指導も行います。

##### 府中療育センター

〒183-8553 府中市武蔵台2-9-2

入所定員 250床（内 短期入所 23床）・通所定員 22名/日

※令和元年12月 新センター竣工予定

対象者は主に重症心身障害児者です。利用者の年齢は幼児から高齢者まで幅広いです。高齢者の場合、発達の未熟さに加え加齢による機能低下があるのが特徴で、言語機能の維持向上を目的とした個別訓練を行っていますが、生活の場でもあるためQOLの維持向上も目的としています。来年度多摩療育園と合わさり、通園部門や外来部門も含めた施設となります。（このたび、福祉技術（言語聴覚士）の活躍する職場を紹介するチラシを制作しました。詳しくは下記HPをご覧ください。）

### 採用予定日

令和2年4月1日（原則）

### 試験日

12月21日（土曜日）

### 申込み

12月12日（木曜日）まで（郵送は12月10日（火曜日）まで（消印有効））

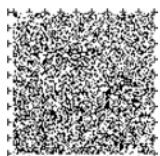
詳細は、下記問合せ先にご連絡いただくか、[HP](#)をご覧ください。

**問** 〒163-8001 東京都新宿区西新宿2-8-1 都庁第一本庁舎 27階南側

福祉保健局総務部職員課 **TEL** 03-5320-4023

福祉保健局トップページ⇒福祉保健局について⇒職員募集⇒福祉保健局採用職種一覧

**HP** [http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/joho/soshiki/soumu/syokuin/syokuin\\_joukin/s\\_shoku/s\\_gengo.html](http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/joho/soshiki/soumu/syokuin/syokuin_joukin/s_shoku/s_gengo.html)



## ●都民アレルギー講演会「学んで対策万全に！花粉症・鼻アレルギー」を開催します

花粉症や鼻アレルギーの基礎的な知識と適切な対応について、専門家が講演します。

**日時** 令和2年2月4日（火曜日） 14時から16時まで  
**場所** 東京都社会福祉保健医療研修センター 講堂（文京区小日向4-1-6）  
**内容及び講師** 講演① 「花粉症・鼻アレルギーの基礎知識から最新情報まで」

講師：日本医科大学耳鼻咽喉科学教室 准教授 後藤 穰 氏

講演② 「花粉から身を守るためにできること」

講師：元東邦大学薬学部 教授 佐橋 紀男 氏

**定員** 300名（先着順、都内在住・在勤の方限定、参加無料）

**保育** 生後6カ月から就学前までのお子様10名  
 （要予約、申込み多数の場合は月齢の低いお子様を優先）

**申込方法** TEL、FAX、Eメール、HP、郵送により、下記の内容を記入し、運営事務局までお申込みください。

①氏名（ふりがな）、②住所、③電話番号、④所属・職種（関係者のみ）、⑤同行される方全員の氏名、  
 ⑥講師に対する質問、⑦手話通訳の希望や車椅子の利用、お子様連れの方は、⑧保育の希望の有無、  
 ⑨お子様のお名前、⑩性別、⑪年齢

※事前に参加整理券をお送りいたします。当日会場受付までお持ちください。

**申込先** 都民アレルギー講演会 運営事務局

TEL03-3824-7286（平日9時から17時まで）

FAX03-3824-7250

郵送先 〒113-0021文京区本駒込3-9-3（株式会社 トライ内）

Eメール allergy2019@try-sky.com

HP <https://secure.try-sky.com/allergy2019/>



**申込み締切り** 令和2年1月10日（金曜日）（郵送の場合消印有効）

**問** 内容について 東京都健康安全研究センター環境情報担当

TEL03-3363-3487（直通）（平日9時から17時まで）

## ●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 みんなでポッチャ 【共催：センタークラブ】 王子ホールドスターズ	12月28日（土曜日） 3月15日（日曜日） 13時から16時まで	障害児者・介護者 地域住民	不要
	※2 車いすバスケットボール&ブラインドサッカー体験会	1月13日（月曜日・祝日）	障害児者・介護者 地域住民	不要
	※3 はじめよう！ティールール入門	1月26日（日曜日） 2月9日（日曜日） 2月23日（日曜日） 3月8日（日曜日） 3月22日（日曜日） 10時から12時まで	障害児者	申込制 20名 12月15日（日曜日）から 1月5日（日曜日）まで
多摩	※4 みんなでバドミントン	12月16日（月曜日） 18時30分から20時30分まで	障害児者・介護者 地域住民	不要
	※5 ちょこっとスポーツ	12月19日（木曜日） 13時から14時30分まで	障害児者・介護者	不要
	※6 障害者週間記念事業	12月21日（土曜日）	障害児者・介護者 地域住民	不要

※1 ゲームを通じて、みんなで交流しましょう！ご家族、お友達、ご近所の方と一緒にどうぞ！

※2 車いすバスケットボールとブラインドサッカーの体験会を開催します。

デモンストレーションや実際に車いすに乗ったり、シュートをしたり、ボールを蹴ったり・・・選手と交流しながら一緒に楽しみましょう！

※3 止まっているボールを打つので簡単！新しくなった運動場で、「打つ・走る・守る」の基本を練習して、チームプレイを楽しもう！

※4 基礎からゲームまで、バドミントンのいろはを教えてください。バドミントン好き集まれ！

※5 「ちょこっとスポーツを始めてみたいな」、「もうちょこっと上手になりたいな」という方を大募集！

新たなスポーツにチャレンジしてみましょう！今回はショートテニスを行います。

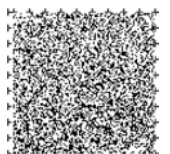
※6 どなたでも楽しめるイベントが盛りだくさん！家族・友達を誘ってみんなで楽しい時間を過ごしましょう！

**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>





## 防ごう！ インフルエンザ感染 ～あなたが職場でできること～

### インフルエンザの感染経路は？

●インフルエンザの感染経路は、飛沫（ひまつ）感染と接触感染です

#### 【飛沫感染】

○感染した人の咳やくしゃみのしぶき（飛沫）に含まれるウイルスを吸い込むことによる感染です。  
○予防には、咳やくしゃみが直接人にかからないよう、マスクやティッシュ等で口と鼻を覆う等の「咳エチケット」が効果的です。



#### 【接触感染】

○ウイルスの付着した手で、目・口・鼻を触ることによる感染です。  
○予防には、手洗い、消毒が効果的です。



### 職場等における感染予防のポイント

#### 【従業員の取組】

##### ●こまめな手洗いを心がけましょう

○手洗いは流水と石けんで15秒以上洗い、水分を十分にふき取りましょう。  
(詳しい手洗いの方法は、東京都のホームページをご覧ください。)  
○手が洗えない場合、手指消毒用アルコール製剤（エタノール等を60～80％程度含むもの）による消毒も効果があります。



##### ●顔を触らないようにしましょう

○手に付着したウイルスが目・口・鼻の粘膜から体内に入らないよう、手で顔を触らないようにしましょう。

##### ●人ごみを避けましょう

○外出する場合は、公共交通機関のラッシュの時間を避ける等、人ごみに近づくことは避けましょう。  
○症状のある人（咳やくしゃみなど）に接触した場合は、手洗いなどを行います。

##### ●「咳エチケット」を意識しましょう

○咳やくしゃみが出るときは、マスク等で口や鼻を覆うなどの「咳エチケット」を心がけましょう。

#### マスクの付け方・外し方

マスクは正しく着脱しなければ効果を発揮しません。以下の点に注意して着脱しましょう。

##### ＜マスクの付け方＞

- ①口と鼻の両方を確実に覆う
- ②ゴムひもを耳にかける
- ③鼻の部分に隙間ができたり、あごの部分が出たりしないようマスクを調節する



##### ＜マスクの外し方＞

マスク表面にはウイルスが付着している可能性があるため、触らずに、ゴムバンドのみを持って外す。（マスクは1日1枚程度、交換する）



東京都

職場等でインフルエンザの感染を広げないためには、従業員一人一人と事業者が各々の感染対策に取り組む必要があります。

そこで東京都は、職場等における感染予防のポイントと従業員がインフルエンザを発症した場合の対応をまとめたリーフレットを作成しました。都内の医療機関や保健所等で配布するほか、東京都のホームページにも掲載しておりますので、職場等でのインフルエンザ対策にお役立てください。

HP <http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/iryo/kansen/shingatainflu/keihatsu.html>



### ●職場等における感染予防のポイント

#### 【従業員の取組】

- ・こまめな手洗いを心がけましょう
- ・顔を触らないようにしましょう
- ・人ごみを避けましょう
- ・「咳エチケット」を意識しましょう

#### 【事業者の取組】

- ・感染予防に必要な備品・環境を整備しましょう
- ・人がよく触れる場所を清掃・消毒しましょう

### ●従業員がインフルエンザを発症した場合の対応

#### 【発症者が行うこと】

- ・早めに医療機関を受診し、自宅で安静に過ごしましょう

#### 【事業者の対応】

- ・休みやすい環境をつくり、自宅療養を勧めましょう

### ●東京都インフルエンザ情報サイトもご覧ください

インフルエンザに関する情報に簡単にアクセスできるスマートフォン用情報サイトを開設しています。都内のインフルエンザの流行情報や手洗い動画などが、いつでも閲覧いただけますので、ぜひご覧ください。

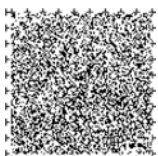
HP <http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/flu/index.html>



問 福祉保健局健康安全部感染症対策課 TEL 03-5320-4347 FAX 03-5388-1432

## 11月の動き

1日	第4回東京都ひとり親家庭自立支援計画（第4期）策定委員会	19日	第18回東京都輸血療法研究会
6日	東京都子供・子育て会議 第18回 計画策定・推進部会	20日	第156回老年学・老年医学公開講座（東京都健康長寿医療センター主催）「ここまでわかった！高齢者がの予防と治療」
7日	第2回受動喫煙防止対策に関する施設管理者向け説明会	22日	子育て協働フォーラム
8日	国民健康保険審査会	23日	ピンクリボン in 東京 2019 FC東京とのコラボキャンペーン
11日～15日	都庁舎・都立施設等ブルーライトアップ	24日	麻薬・覚醒剤乱用防止運動都民大会
12日～24日	犬・猫の譲渡事業PRイベント	26日	第3回 食の安全都民講座 見て、知って、防ぐ 食品を汚染するカビ
12日	第2回東京都保健医療計画推進協議会		東京都民生委員・児童委員大会
	第2回東京都地域医療対策協議会		第2回東京都国民健康保険運営協議会
	第2回東京都後発医薬品安心使用促進協議会	27日	20代女子のステキな未来を目指す特別講座
13日	東京都要保護児童対策地域協議会代表者会議	29日	都医学研都民講座（第6回）こどもと母のメンタルヘルス
16日	子育て支援員のための就職相談会	30日	第8回東京都健康安全研究センター環境保健衛生シンポジウム 私たちと放射線
	「心のバリアフリー」普及啓発ポスターコンクール表彰式		適正飼養講習会及び動物愛護ミュージカル
	東京都「心のバリアフリー」好事例企業報告会		
17日	Tokyo 健康ウォーク		
	大学生と一緒に考える。手話で楽しむ。～つながれ！つたわれ！ Let's sign!! ～ TOKYO みみカレッジ		
18日	東京都児童福祉審議会第7回専門部会		



## 福祉保健

vol. 184 令和元年12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>

