

福祉保健



LINEチャットボット「妊娠したかも相談@東京」を開設しました

東京都では、若年層からの相談ニーズの高い「妊娠したかも?」「避妊に失敗したかも」などの相談に対応するため、チャットボット形式のLINEアカウントを開設しました。

本アカウントでは、産婦人科専門医の監修や、正しい性の知識と判断力を育む支援を行うNPO団体の協力の下、「妊娠したかもしれない」時に取るべき行動や、妊娠のために知っておきたい基礎知識等について、分かりやすく解説しています。

また、相談窓口や妊娠・出産に関する都の情報サイト等も紹介しています。
チャットボット形式のため、誰でも気軽に使えますので、ぜひご利用ください。

アカウント概要

開設日 令和2年11月30日(月曜日)

- 内容**
- ①「妊娠したかも?」と思ったら
妊娠の確かめ方や「避妊に失敗したかも」と思った時の緊急避妊の方法 など
 - ②妊娠について知っておきたい知識
妊娠についての基礎知識や、避妊方法、妊娠が判明した時にするべきこと など
 - ③区市町村や都の相談窓口
妊娠・出産にかかる都の情報サイトの紹介



相談しやすい
先生風キャラクター
「あい先生」が
解説してくれます!

- ご利用方法** LINEのアプリで、当アカウントの友だち登録を行ってください。
<友だち登録方法> (下記のいずれか)
- ①右の二次元バーコードを読み取る
 - ②「ホーム」>「友だち追加」>「検索」で、以下のIDを検索
ID: @ninshin_tokyo



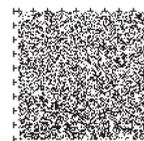
問 福祉保健局少子社会対策部家庭支援課 TEL 03-5320-4372 FAX 03-5388-1406
HP <https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/sodan/ninshin-line-tokyo.html>

今月の主な内容

LINEチャットボット「妊娠したかも相談@東京」を開設しました	1
吉村 憲彦 福祉保健局長年頭あいさつ	2
健康増進法および東京都受動喫煙防止条例により、屋内は原則禁煙です! / 老健ショートステイ空床情報検索システムをご活用ください!	3
1・2月「はたちの献血」キャンペーンを実施します! ~新型コロナウイルス感染症の影響で献血者が減少しています~	4
がん検診を定期的に受診しましょう! / 点字で税額などをお知らせします	5
お知らせ	6、7
ひとり親家庭向けポータルサイト 「シングルママ・シングルパパ 暮らし応援ナビTokyo」を開設しました! / 多重債務・過剰債務でお悩みの方へ ~ 安定した暮らしに向けて、あなたの生活再生を応援します。~	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。





～都民の生命と健康を守り、地域での
自立を支える利用者本位の福祉を実現します～

新年、明けましておめでとうございます。
年頭に当たり、御挨拶申し上げます。

我が国の少子高齢化は、世界に例を見ない速度で進んでおり、東京においても、「団塊の世代」が後期高齢者となる 2025 年に人口は減少に転じることが見込まれています。

時代の転換点を迎える中、東京都では将来にわたって都民が住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、中長期的な視点に立って、大都市特有のニーズに即した福祉・保健・医療サービスの充実を積極的に図っています。

子供家庭分野では、妊娠・出産に関する支援の推進、保育サービス及び学童クラブの更なる充実、児童虐待の未然防止と対応力の強化等、「東京都子供・子育て支援総合計画（第2期）」に基づき、子供・子育て支援の多様な施策を展開していきます。

高齢者分野では、全ての高齢者が、支え合いながら、いきいきと心豊かに、住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができる東京を目指して、「第8期東京都高齢者保健福祉計画」の策定を進めています。

障害者分野では、障害及び障害者への理解促進及び差別の解消とともに、地域生活への移行促進と地域での居住の安定の確保、一般就労に向けた支援の充実・強化等に取り組みます。

生活福祉分野では、福祉人材の確保・育成、生活困窮者への総合的な支援体制の整備を進めるとともに、「福祉のまちづくり推進計画」に基づき、東京 2020 大会とその先を見据え、ユニバーサルデザインの先進都市東京の実現に向けて、一層の施策の充実に努めて参ります。

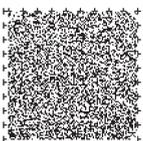
保健医療分野では、質の高い医療が受けられ、生涯にわたり健康に暮らせる環境の実現を目指して施策を進めます。在宅療養環境の整備、救急・災害医療、小児・周産期医療などの医療提供体制の整備やそれを支える医療人材の確保と質の向上に取り組みます。また、がん受診率の向上に向けた取組や、受動喫煙による健康影響を防止し、たばこを吸う人も吸わない人も快適に過ごせる街の実現など、健康づくりの推進に取り組んでいきます。

健康安全分野では、新型コロナウイルスをはじめとする感染症対策のほか、アレルギー疾患対策、食品・医薬品の監視・検査体制の充実など、多様化する健康危機から都民を守る施策を進めていきます。また、人と動物との調和のとれた共生社会実現に向け、終生飼養の推進や保護動物の譲渡拡大など動物愛護施策の充実に引き続き取り組んでいきます。

喫緊の課題である新型コロナウイルス感染症対策については、一刻も早く重症者の増加を抑え、都民の命を守るため、検査体制の拡充、保健所機能の強化、医療提供体制の確保等、幅広く対策を講じて参ります。昨年 10 月 1 日に立ち上げた「東京 iCDC」（東京感染症対策センター）を司令塔として、専門家の知見を生かした効果的な感染症対策を進めていきます。

今後とも、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らせる東京の実現を図るため、区市町村はもとより関係団体、事業者などと緊密な連携を図りながら、福祉保健局職員一丸となって、福祉・保健・医療サービスの一層の充実に全力を尽くして参ります。

本年もどうぞよろしくお願いたします。



健康増進法および東京都受動喫煙防止条例により、屋内は原則禁煙です！

■屋内では、基準を満たした喫煙室以外は禁煙です！



(施設によっては、設置できない喫煙室がありますので、ご注意ください。)

■喫煙禁止場所以外で、たばこを吸うときも、受動喫煙が生じないように配慮が必要です！



屋外(※)やプライベート空間などで喫煙する際にも、喫煙者は、周囲に受動喫煙が生じないようにしてください。

※ 屋外における喫煙ルールについては、各区市町村が独自に定めている場合があります。詳しくは、所在地の区市町村にご確認ください。

制度に関するお問合せ

○制度全般に関すること

HP [をご覧ください](#)か相談窓口 0570-069690 (もくもくゼロ) まで

HP https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kensui/tokyo/kangaekata_public.html

東京都受動喫煙防止条例

検索

○個別の施設に関する情報提供等は、管轄の保健所にご連絡ください。 連絡先は、次のHPからご覧いただけます。

HP <https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kensui/kitsuen/municipalities/files/02madoguchi.pdf>

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

老健ショートステイ空床情報検索システムをご活用ください！

介護老人保健施設(老健)は、在宅生活への復帰に向けたリハビリを中心とする医療ケアと介護を必要とする場合に入所する施設です。

介護老人保健施設のショートステイをより活用していただくため、一般社団法人東京都老人保健施設協会では、空床情報の検索システムを開設しています。

ぜひ積極的にご活用ください！

○アクセス方法

PC・スマートフォンから利用できます。

老健ショートステイ空床情報検索システム

検索



HP <https://www.roken-tokyo.or.jp/kensaku/shortstay/>

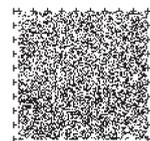


○サイトの特徴

- ・医療的ケアが行える老健ショートステイの空床状況を最大3か月後まで検索できます。
- ・検索結果で気になる施設は、料金や提供サービス、交通情報等も得られます。
- ・各施設が空床情報を直接システムに入力するため、最新の状況が確認できます。

※本システムは、東京都の補助事業を活用して開設したものです。

問 一般社団法人東京都老人保健施設協会事務局 TEL 03-6380-4351 FAX 03-6380-4371



1・2月 「はたちの献血」 キャンペーンを実施します！ ～新型コロナウイルス感染症の影響で献血者が減少しています～

寒さが厳しくなるこれからの季節は、風邪やインフルエンザの流行などにより、献血者が減少しがちです。さらに、今年度は新型コロナウイルス感染症の影響により、前年と比較して献血者が減少しています。輸血を必要とする方々に血液製剤を届けるため、1月1日から2月28日までの期間、成人を迎える「はたち」の若者を中心に、広く都民の皆さんに向けて「はたちの献血キャンペーン」を行います。皆さまのご理解・ご協力をお願いいたします。

・ どうして献血が必要なの？

血液は人工的につくることができず、病気やけがで輸血を必要とする方を助ける唯一の方法が献血です。

全国では毎日約 3,000 人が輸血を必要としています。

この量をまかなうには、1日当たり約 13,000 人の献血が必要です。

毎日多くの患者さんを救うためには、少しでもたくさんの献血が必要です。

3,000人

13,000人/日

長く病気で苦しむ人の命をつなぐため。

実は、輸血を必要としている人の多くは、がん患者さん。献血によって、患者さんの明日につながります。

血液の有効期間は限られています。

献血によってつくられる血液製剤の有効期間は、短いものと4日間です。

常に十分な血液製剤を確保しておくためには、日常的な献血への協力が不可欠です。



・ 献血にはどんな種類があるの？

献血には大きく2種類あり、種類によって採血量が異なります。また、献血する方と輸血を受ける方の健康を守るため、さまざまな基準や制限が設けられています。



<全血献血 (200mL・400mL)>

血液中の全ての成分を採血する方法です。



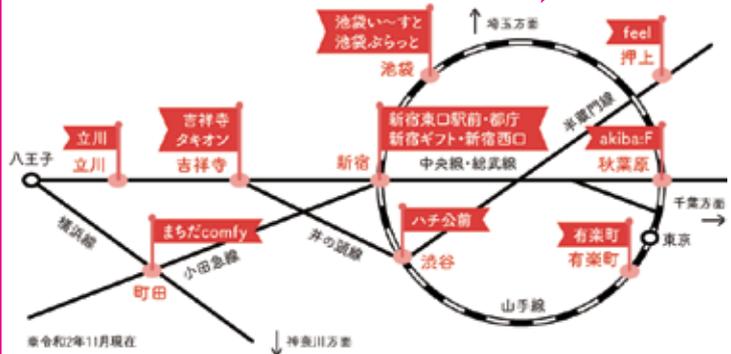
<成分献血>

特定の成分（血小板や血しょう）だけを採血し、体内で回復に時間のかかる赤血球は再び体内に戻す方法です。成分献血は、献血者の身体への負担も軽いという特長があります。



・ どこで献血できるの？

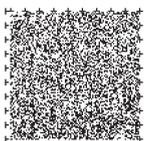
特に平日の献血にご協力ください！



都内 13 か所の献血ルームと、不定期に稼働している献血バスで受け付けています。献血の際は事前のご予約にご協力をお願いいたします。

都内の献血ルーム受付時間・献血バス運行情報・web 会員予約サイト「ラブラッド」は東京都赤十字血液センター [HP](#) をご覧ください。

また、各会場では新型コロナウイルス感染症対策を行っています。最新の情報は同 [HP](#) をご確認ください。



問 福祉保健局保健政策部疾病対策課 TEL 03-5320-4506 FAX 03-5388-1437
東京都赤十字血液センター [HP](https://www.bs.jrc.or.jp/ktks/tokyo/) https://www.bs.jrc.or.jp/ktks/tokyo/

がん検診を定期的に受診しましょう！

がんは、早期のうちは無症状であることがほとんどです。そのため、定期的にがん検診を受けることが、がんの早期発見・早期治療につながります。

新型コロナウイルス感染症等への感染の心配からがん検診の受診を控えることは、がんの発見を遅らせる可能性があります。

がん検診を行う会場や医療機関では、換気や消毒を行うなど、感染防止対策を行っていますので、安心して受診しましょう。

胃がん、乳がん、子宮頸がん検診は2年に1回、肺がん、大腸がん検診は毎年の受診が推奨されています。

お住まいの区市町村でがん検診が受けられます。

詳細は、福祉保健局 [HP](#) 「とうきょう健康ステーション」の「区市町村のがん検診担当部署」からご覧いただけます。

[HP https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kensui/gan/contact/](https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kensui/gan/contact/)



問 福祉保健局保健政策部健康推進課 **TEL** 03-5320-4367 **FAX** 03-5388-1427

HP [受けよう！がん検診](#)

検索

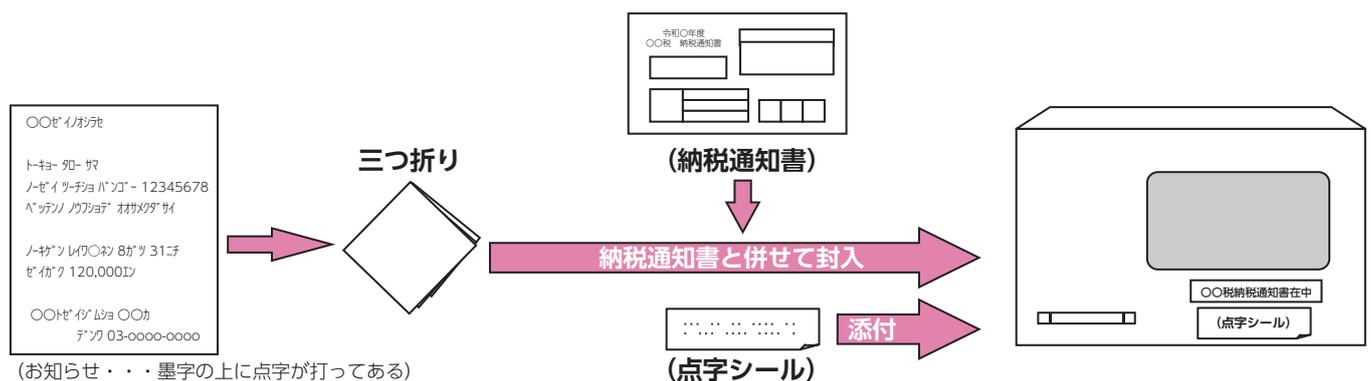
点字で税額などをお知らせします

東京都では、視覚障害者の方のために、納税通知書をお送りする際に点字で作成したお知らせを同封しています。対象となる税金は、「自動車税種別割」「個人事業税」と23区内の「固定資産税・都市計画税」です。お知らせする内容は、「税金の種類」「納税義務者氏名」「納税通知書番号」「納期限」「税額」「問合せ先」です。

このサービスを希望される方は、東京都主税局相談広報班まで、住所・氏名・電話番号・希望する税金の種類をお伝えの上、お申し込みください。令和3年2月末までにお申し込みいただければ、令和3年度分から点字のお知らせを同封します。

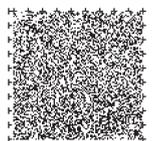
なお、既にご利用されている方は、改めてご連絡いただく必要はありません。

納税通知書の点字対応イメージ図（フロー）



問 主税局相談広報班 **TEL** 03-5388-2925

[HP https://www.tax.metro.tokyo.lg.jp/oshirase/2020/tenji.html](https://www.tax.metro.tokyo.lg.jp/oshirase/2020/tenji.html)



お知らせ

第9回 健康安全研究センター環境保健衛生シンポジウム 放射線に関する動画を配信中

放射線の基礎知識、健康影響、防護等に関する動画を配信しています。

動画は下記サイトからご覧ください。(申込不要・視聴無料)

※ご視聴に係る通信費は、ご視聴者様のご負担となります。

HP <http://monitoring.tokyo-eiken.go.jp/etc/eventinfo.html>



【内容】

講演 1 「放射線の基礎」

講師：東京都健康安全研究センター職員

講演 2 「放射線による健康影響」

講師：公益財団法人環境科学技術研究所 理事長 島田 義也 氏

講演 3 「放射線防護の考え方」

講師：東京大学環境安全本部 教授 飯本 武志 氏

講演 4 「放射線に関する東京都の取組」

講師：東京都健康安全研究センター職員

問 東京都健康安全研究センター 企画調整部 健康危機管理情報課 環境情報担当

TEL 03-3363-3487 (直通)

令和2年度第3回東京都歯科医師認知症対応力向上研修

日時 2月22日(月曜日) 18時から20時50分まで

会場 御茶ノ水ソラシティ 2階 ソラシティホール(千代田区神田駿河台4-6)

対象者 原則として都内に勤務(開設を含む)している歯科医師

(歯科衛生士等の歯科医療従事者も受講可能ですが、定員超過時は歯科医師を優先します。)

定員 140名

参加費 無料

申込 2月18日(木曜日)までに、東京都歯科医師会HPのイベント情報にある参加申し込みフォームにてお申し込みいただくか、または同HPに掲載の申込書をFAXにてお送りください。

留意事項

- ・37.5度以上の発熱、咳・咽頭痛等の症状がある場合にはご出席をお控えください。
- ・来場時の検温等において上記症状が判明した場合には、受講をお断りする場合がございます。
- ・咳エチケット、マスク着用、手洗い手指消毒の徹底をお願いいたします。
- ・新型コロナウイルス感染症の状況を鑑み、開催中止となる場合がございますので、東京都歯科医師会HPまたはお電話にてご確認ください。

その他詳細は、東京都歯科医師会HPをご覧ください。下記担当までお問い合わせください。

問 東京都歯科医師会事業第一課 TEL 03-3262-1148 FAX 03-3262-4199

HP <http://www.tokyo-da.org/> (東京都歯科医師会)

保育士試験について

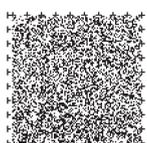
試験 筆記：4月17日(土曜日)・18日(日曜日)、実技：7月4日(日曜日)

受験料 12,950円(全部免除基準に該当する場合は、2,650円。送料を含む。)

締切 1月29日(金曜日)(消印有効)まで。

資料請求 「手引き請求」と朱書きした封筒に返信用封筒(角2、切手貼付不要)を同封し、保育士試験事務センター(〒171-8536 豊島区高田3-19-10)へ送付
TEL 0120-4194-82 HP <http://www.hoyokyo.or.jp/exam> でも請求可能

問 福祉保健局少子社会対策部保育支援課 TEL 03-5320-4130



「東京都認知症対策推進会議」の都民委員を募集します

1 検討内容

認知症になっても認知症の人と家族が地域で安心して暮らせるまちづくりを目指した支援のあり方等を検討

2 募集人員 2名

3 就任期間 令和3年4月1日以降に就任した日から2年以内

4 応募資格

都内在住の満20歳（令和3年4月1日現在）以上の方で、年3回程度の会議に出席できる方（公務員を除く。）

5 応募方法

(1) 郵送による申し込みの場合

①および②を下記送付先に送付してください（応募書類は返却不可）。また、様式はHPに掲載したものをご使用ください。

① 「認知症の人や家族が地域で安心して暮らしつづけるために必要な支援とは」についての作文（800字から1,200字）

② 住所・氏名（ふりがな）・年齢・性別・職業・電話番号を記入したもの

(2) 電子申請による申し込みの場合

下記URLから必要事項をご入力いただき、ご記入の済んだ作文用紙を添付の上、お申し込みください。なお、提出する作文用紙はHPに掲載したものをご使用ください。

HP <https://www.shinsei.elg-front.jp/tokyo2/uketsuke/form.do?id=1603762752636>

6 応募締切 1月20日（水曜日）（当日消印有効）

7 送付先

〒163-8001（住所不要）東京都福祉保健局高齢社会対策部在宅支援課認知症支援担当

8 その他

「東京都認知症対策推進会議」については「とうきょう認知症ナビ」をご覧ください。

HP https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/zaishien/ninchishou_navi/

問 福祉保健局高齢社会対策部在宅支援課認知症支援担当 TEL 03-5320-4276 FAX 03-5388-1395

食の安全都民フォーラムをオンライン配信中です 「活かそう！食品表示」

東京都では、都民、事業者および行政が、食の安全に関する情報を共有し、考える場として、毎年「食の安全都民フォーラム」を開催しています。

今回は、食品の安全確保等に重要な役割を果たしている一方、分かりにくいとの声が多い「食品表示」がテーマです。都民の皆さまの食品表示に関する疑問を解消し、普段の生活に役立つ知識をお伝えします。

なお、今回のフォーラムは、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、オンライン配信により実施しています。どなたでもご視聴いただけますので、ぜひご覧ください。

配信期間 1月31日（日曜日）まで

内容 以下の3つの講演動画が視聴できます。

講演1 「食品表示制度について」（約30分）

講演2 「食品表示 ここに注意！こうして活用！さらに発展！」（約23分）

講演3 「食品表示のユニバーサルデザイン」（約22分）

<二次元バーコード>

動画配信期間中、講演に関するご質問を受け付けています。
詳細は以下の特設HPをご覧ください。



視聴方法 動画を下記サイト等に掲載しています。（申込不要・視聴無料※）

・東京都公式動画チャンネル「東京動画」

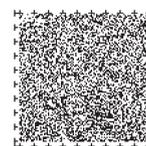
HP <https://tokyodouga.jp/> ※「食の安全都民フォーラム」で検索してください。

・食の安全都民フォーラム特設HP

HP <https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/shokuhin/forum/r2/r2.html>

※ご視聴に係る通信費は、ご視聴者様のご負担となります。

問 東京都健康安全研究センター 企画調整部 健康危機管理情報課
食品医薬品情報担当 TEL 03-3363-3472



ひとり親家庭向けポータルサイト 「シングルママ・シングルパパ 暮らし応援ナビ Tokyo」 を開設しました！

東京都や都内の区市町村では、ひとり親家庭に向けたさまざまな支援を行っていますが、忙しいひとり親家庭にとって、多くの情報の中から必要な支援を見つけ出すのは大変なことです。

そこで東京都は、このたび、都内に住むひとり親や、これからひとり親になる方・なるかもしれない方に向けて必要な情報を分かりやすく届けるため、ポータルサイト「シングルママ・シングルパパ 暮らし応援ナビ Tokyo」を開設しました。ぜひご利用ください。

【サイトの内容】

- ・東京都や区市町村など、さまざまな実施主体が行うひとり親家庭への支援施策の情報を、まとめて見ることができます。また、子育て支援施策や住宅施策など、ひとり親家庭のみを対象としたものに限らず、ひとり親家庭にとって役立つ情報を掲載しています。
- ・支援情報のほかにも、ひとり親当事者や支援者を取材したコラムやお悩み FAQ、ひとり親に役立つセミナー・イベント情報などを随時更新しますので、ぜひ定期的にサイトをチェックしてみてください。

【アクセス方法】

スマートフォンやパソコンから閲覧できます。

HP <https://www.single-ouen-navi.metro.tokyo.lg.jp/>



問 福祉保健局少子社会対策部育成支援課 TEL 03-5320-4125

多重債務・過剰債務でお悩みの方へ ～ 安定した暮らしに向けて、あなたの生活再生を応援します。～

多重債務・過剰債務問題でお悩みの方を対象に、生活相談・家計表診断を実施した上で、必要な場合には資金の貸し付けを行い、生活の再生を支援します。

対象資金 債務整理中や債務整理後の生活再生資金（生活費、引越費用等。ただし、事業資金は除く。）

貸付条件 限度額 300 万円、利率年 3.5%、返済期間 7 年以内など

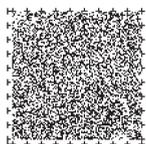
※貸し付けにはその他要件があります。詳しくはご相談ください。

相談窓口 東京都生活再生相談窓口 TEL 03-5227-7266 HP <https://tokyo-saisei.jp/>

問 福祉保健局生活福祉部地域福祉課 TEL 03-5320-4072 FAX 03-5388-1405

12月の動き

- | | | | |
|-----|--|-----|----------------------------------|
| 1日 | 令和2年度第2回東京都国民健康保険運営協議会高齢者の特性を踏まえたサービス提供のあり方検討会（第2回）（オンライン会議） | 15日 | 東京都高齢者保健福祉計画策定委員会 |
| 2日 | 令和2年度第2回東京都地域医療対策会議（オンライン会議） | 17日 | 企業向け自殺対策講演会「今こそ、ラインケアを」（オンライン開催） |
| | 令和2年度第3回東京都社会福祉審議会民生委員審査専門分科会 | 22日 | 東京都食品安全情報評価委員会情報選定専門委員会（オンライン会議） |
| 12日 | 2020年度都医学研都民講座（第3回）記憶を創り操作することは可能か？（オンライン開催） | | 令和2年度東京DMAT運営協議会（オンライン開催） |
| 13日 | 子育て協働フォーラム / 子供シンポジウム | | 第13回東京都死因究明推進協議会の開催（オンライン開催） |
| 14日 | 令和2年度第3回東京都ひきこもりに係る支援協議会（オンライン会議） | | 第九期東京都障害者施策推進協議会第4回専門部会 |
| | | 23日 | 東京都児童福祉審議会第4回本委員会 |
| | | 24日 | 東京都動物愛護管理審議会（オンライン会議） |



福祉保健 vol.197 令和3年1月発行

印刷規格表第1類 印刷番号 (31) 94 〒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 <https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp>

