

福祉保健

令和3年3月
3
2021

自宅療養者の健康面・生活面をサポートしています！

「自宅療養者フォローアップセンター」による支援

一部の保健所で先行して実施していた取り組みを全ての保健所に導入し、自宅等で療養している方を支援しています。

● LINE を活用した健康観察

チャットボット機能により、毎日問診を実施し、健康管理を徹底します。また、電話による健康観察も実施しています。



● 自宅療養者専用医療相談窓口の設置

健康状態に不安を感じる自宅療養者からの電話相談に24時間応じます。 (配送する食料品等の一例)
体調の悪化が確認された場合は、保健所と連携して対応します。

● 食料品等の配送

外出せず療養に専念できるよう、希望者には7日分の食料品等を自宅に配送します。また、自宅療養時の注意点などをわかりやすくまとめた「自宅療養者向けハンドブック」を同梱します。

パルスオキシメーターの貸与

血中の酸素飽和度を測定することで容態の変化を早期に把握できる「パルスオキシメーター」を、保健所等を通して貸し出します。



(写真提供：コニカミノルタ株式会社)

※具体的な支援内容については、自宅療養開始時に保健所から説明があります。

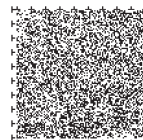
問 福祉保健局感染症対策部防疫・情報管理課 TEL 03-5320-4268

今月の主な内容

自宅療養者の健康面・生活面をサポートしています！	1
春の献血キャンペーン～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～	2
「自殺防止！東京キャンペーン（拡大版）」を実施しています。	3
インターネット福祉保健モニターを追加募集します！～あなたの意見を福祉保健局にお寄せください～	4
東京都新宿東口検査・相談室が移転します～3月6日（土曜日）移転オープン～	4
都内児童相談所の相談窓口が一部変更となります／特定不妊治療費助成金の申請はお済ですか？	5
TOKYOテレワークアプリをご活用ください！～テレワークに関する情報を広く発信しています～	6、7
お知らせ	6、7
4月2日は「世界自閉症啓発デー」、4月2日から8日は「発達障害啓発週間」です！	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。



春の献血キャンペーン ～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～



普及啓発ポスター



普及啓発動画（東京動画 URL）

<https://tokyodouga.jp/XTG4vuGm50g.html>

東京都では、3月1日から3月31日までの期間、春の献血キャンペーンを行っています。

血液は人工的に造ることができず、長期間保存することもできません。病気やけがで輸血を必要としている方々への治療には、献血でご提供いただいた血液から造る血液製剤が必要です。

特に、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。みなさまのご理解・ご協力をお願いいたします。

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）>

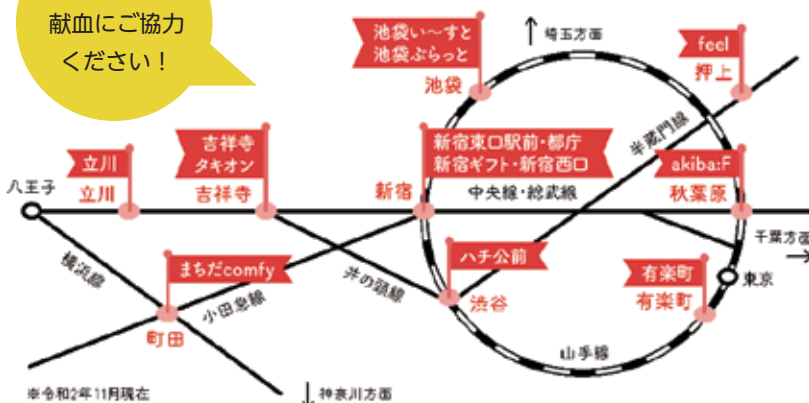
血液中の全ての成分を採血する方法です。

<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が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！



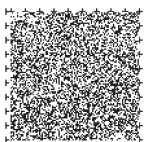
都内13か所の献血ルームと、不定期に稼働している献血バスで受け付けています。都内の献血ルームの詳細や献血バス運行情報は東京都赤十字血液センター [HP](#) をご覧ください。

献血の際は事前のご予約にご協力をお願いいたします。ご予約は同 [HP](#) のweb 会員予約サイト「ラブラッド」や、献血ルームへの電話で行うことができます。

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

または、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/>



「自殺防止！東京キャンペーン（拡大版）」を実施しています。

自殺に追い込まれるという危機は「誰にでも起こり得る危機」であり、誰もが当事者となり得る重大な問題です。また、新型コロナウイルス感染症による影響は、健康問題にとどまらず、失業や休業等による就労環境の変化や、生活の不安定化等による心身面の不調など、都民生活のあらゆる面に拡大しており、今後も自殺リスクの高まりが懸念されていることから、東京都では、例年3月に行う自殺防止！東京キャンペーンについて、今年は内容を拡大して実施しています。

〇こころのセルフケアをしましょう

こころの健康と暮らしを支える情報をまとめたリーフレットを作成しました。

自分でストレス状況を確認できるチェックリストや、こころの疲れを和らげる手法、生きるのがつらいときや、生活の困り事に関する相談窓口等を掲載しています。[HP](#)からダウンロードできるほか、区市町村やハローワーク等で配布しています。



〇ひとりで悩まないで相談してください

消えてしまいたいほどつらい時、気持ちを受け止め、必要な支援につなげます。

●電話相談

東京都自殺相談ダイヤル～こころといのちのほっとライン～

はなしてなやみ 0570-087478 毎日14時から翌朝5時30分まで

★3月23日(火曜日)から3月27日(土曜日)までは、毎日24時間受け付け

●LINE相談

アカウント名：相談ほっとLINE @東京

LINEアプリでアカウント名を検索するか、二次元バーコードから友だち登録の上、ご利用ください。

★毎日15時から21時30分まで受け付け



この他、さまざまな機関が心身や生活等の悩みに関する相談窓口を設けています。詳細は、以下の[HP](#)からご覧ください。

[HP](https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/iryo/tokyokaigi/madoguti/index.html) <https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/iryo/tokyokaigi/madoguti/index.html>



〇身近な人のこころの不調に気づいたら

悩みに気づき、声をかけ、話を聴き、必要な支援につなげ、見守る人を「ゲートキーパー」といいます。

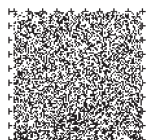
皆さんの「気づき」や「声かけ」が、支えのきっかけになるかもしれません。あなたもゲートキーパーになりませんか。

ゲートキーパーの役割等についての詳細は[HP](#)をご覧ください。

[HP](https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/iryo/tokyokaigi/gatekeeper.html) <https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/iryo/tokyokaigi/gatekeeper.html>

[問](#) 福祉保健局保健政策部健康推進課 TEL 03-5320-4310

[HP](#) <https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/iryo/tokyokaigi/torikumi/campaign/index.html>



インターネット福祉保健モニターを追加募集します！ ～あなたの意見を福祉保健局にお寄せください～

福祉保健局では、東京都の福祉保健医療施策への建設的な意見を頂くため、インターネットを用いたモニター調査を実施しています。ぜひご参加ください。

応募資格 都内在住または在勤の18歳以上の方で、ホームページの閲覧とメール機能を日本語で利用できる方

モニター インターネットによる福祉保健医療施策へのアンケート調査にご回答いただきます。(年3回程度)
の役割

募集人数 若干名

募集期間 4月末まで

謝礼等 ありません。

応募方法 **HP** よりご応募ください。(記入事項:氏名、年齢、住所、メールアドレス、職業、自由記述「東京の福祉保健について考えること」等)

任期 なし(年1回、継続意思の確認をします。)

選考結果 応募者本人にメールにてお知らせします。

インターネット福祉保健モニター

検索

問 福祉保健局総務部総務課 **TEL** 03-5320-4032 **FAX** 03-5388-1400

HP <https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kiban/shisaku/monitor/bosyuu.html>

東京都新宿東口検査・相談室が移転します ～3月6日(土曜日)移転オープン～

HIV・梅毒※¹を匿名無料で検査できる東京都南新宿検査・相談室が新宿東口に移転し、新規オープン。これまでの英語に加え、中国語・韓国語にも対応します。

※¹ 梅毒のみの検査は、実施しておりません。

所在地 新宿区歌舞伎町2-46-3

SIL新宿ビル2階

開設日 3月6日(土曜日)※²

※² 南新宿検査・相談室のご利用は、3月2日(火曜日)まで

受付時間 月曜日から金曜日(祝日を除く。)

15時30分から19時30分まで

土曜日および日曜日(祝日を除く。)

13時から16時30分まで

予約方法 (1) 電話(日本語のみ)

TEL 03-6273-8512

(3月6日(土曜日)以降)

(2) インターネット

(日本語、英語、中国語、韓国語)

HP <http://www.tmsks.jp/>

(英語、中国語、韓国語及びやさしい日本語サイトでの予約は、3月6日(土曜日)以降)

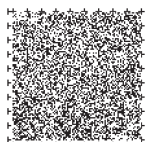
(3) ファクシミリ(聴覚に障害のある方向け、日本語のみ)

FAX 03-6273-8532 (3月6日(土曜日)以降)

外国語対応 (1) 英語 祝日を除く毎日

(2) 中国語・韓国語 3月…23日(火曜日)

4月以降…毎月、第2・第4火曜日(ただし、祝日の場合は変更あり)



問 東京都新宿東口検査・相談室 **TEL** 03-6273-8512 **FAX** 03-6273-8532

都内児童相談所の相談窓口が一部変更となります

児童相談所は、原則18歳未満の子供に関するさまざまな相談をお受けしており、住所地により担当する児童相談所が決まっています。このたび、港区が児童相談所を開設することに伴い、4月1日から、都内児童相談所の相談窓口が一部変更になります。

●港区にお住まいの方：港区児童相談所（港区南青山5-7-11、TEL 03-5962-6500）

問 福祉保健局少子社会対策部家庭支援課 TEL 03-5320-4127

特定不妊治療費助成金の申請はお済ですか？

東京都では、高額の治療費がかかる特定不妊治療（体外受精及び顕微授精）について、経済的負担の軽減を図るため、医療保険が適用されない治療費の一部を助成しています。令和2年度特定不妊治療費助成金は、3月31日（水曜日）（消印有効）が申請期限です。

令和2年12月末日までの治療終了分は令和3年4月1日以降受付できませんので、該当の方は至急ご提出ください。例年期限近くに申請が集中しますので、申請書類の受理後、決定までに3～4か月程度かかります。

令和3年1月1日以降に終了した治療における支援の拡充については、HPをご確認ください。

問 福祉保健局少子社会対策部家庭支援課 TEL 03-5320-4362

HP <https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/kodomo/kosodate/josei/funin/top.html>



TOKYO テレワークアプリをご活用ください！ ～テレワークに関する情報を広く発信しています～



東京都が作成したスマートフォンアプリ『TOKYO テレワークアプリ』では、サテライトオフィス等の検索、テレワークに関するセミナーの申し込みなど、テレワークの導入・実践に必要な情報を入手することができます。ぜひご活用ください。

主なメニュー

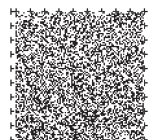
- ・都内近郊のサテライトオフィスの検索
- ・テレワーク関連セミナー等の情報や申し込み
- ・テレワーク時の簡易勤怠管理
- ・実践企業の事例やテレワーク支援策など導入や推進に役立つ情報の掲載
- ・コンシェルジュ機能により会話形式でアプリの利用をサポート

ダウンロードはこちら



問 東京テレワーク推進センター TEL 03-3868-0708

HP <https://tokyo-telework.jp/lp/2002app/index.html>



お知らせ

人工肛門・人工膀胱保有者（オストメイト）体験交流会・個別相談 「オストメイトの体験交流と個別相談（東京都社会適応訓練事業）八王子」

日時 3月21日（日曜日）13時30分から16時30分まで
場所 八王子市学園都市センター（八王子市旭町9-1）
参加希望の方は、直接会場へお越しください。

問 日本オストミー協会東京都協議会 **TEL** 03-5272-3550、090-3401-5490
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

失語症者向け意思疎通支援者養成講習会

対象 失語症者の福祉に理解と熱意があり、受講後、都内で活動できる方。書類選考有。
講習期間 必修基礎コース 6月26日（土曜日）から令和4年2月20日（日曜日）まで（全40時間）
応用コース 6月20日（日曜日）から令和4年2月13日（日曜日）まで（全40時間）
定員 必修基礎コース40人、応用コース20人（原則必修基礎コース修了者）
申込 ①または②のいずれかの方法
①所定の申込書（**HP**等で入手可）を郵送または**メール**で東京都言語聴覚士会へ
（〒164-8512 中野区中野4-1-1 中野サンプラザ9階 **TEL** 03-6859-7568、
メール oubo-ishisotsu@st-toshikai.org）
②東京都言語聴覚士会**HP**応募フォームに直接入力
申込期限 3月31日（水曜日）（消印有効）

問 東京都言語聴覚士会 **TEL** 03-6859-7568
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
HP <https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/shougai/koza/shitugoyousei.html>

聞こえに不自由している方のための読話講習会

期間 6月14日から令和4年2月21日の毎週月曜日18時30分から20時30分まで（全30回）
会場 東京聴覚障害者福祉事業協会 会議室（新宿区新宿2-15-27第3ヒカリビル6階）
対象者 都内在住で身体障害者手帳をお持ちの18歳以上の中途失聴者・難聴者
定員 20人
申込 5月14日（金曜日）（消印有効）までに、東京手話通訳等派遣センターへ申込書（**HP**から入手）を郵送してください。

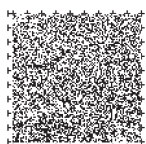
問 東京手話通訳等派遣センター（〒160-0022 新宿区新宿2-15-27第3ヒカリビル5階）
TEL 03-3352-3359 **FAX** 03-3354-6868
または、福祉保健局障害者施策推進部計画課 **TEL** 03-5320-4147 **FAX** 03-5388-1413
HP <https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/shougai/koza/dokuwakousyuukai.html>

「盲ろう者向け通訳・介助者養成講習会」の受講生募集

対象 講習会修了後、都内在住の盲ろう者に通訳・介助活動ができる方（定員40名）
期間 5月9日（日曜日）から7月11日（日曜日）まで（全7日間）
会場 東京都障害者福祉会館ほか
内容 通訳・介助技術の実習など
受講料 一般10,000円・学生5,000円（別途テキスト代400円必要）
申込 3月22日（月曜日）までに東京盲ろう者友の会**HP**内、盲ろう者向け通訳・介助者養成講習会、申込フォームよりお申し込みください。

問 東京盲ろう者友の会 〒111-0053 台東区浅草橋1-32-6 コスモス浅草橋酒井ビル2階
TEL 03-3864-7003 **FAX** 03-3864-7004 **メール** tokyo-db@tokyo-db.or.jp
HP <http://www.tokyo-db.or.jp/>

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



第2回おくすり講座をオンラインで開催 ～シニアと家族のお薬シンポジウム 薬との付き合い方～

独立行政法人医薬品医療機器総合機構と東京都が初めてコラボしました。今日から役立つ薬の知識について、クイズ形式で解説しています。

薬について、考えてみませんか？6本の短編動画を Web で配信中です。
申し込み不要で、どなたでもご視聴いただけますので、ぜひご覧ください。



内 容 【薬との付き合い方】

1話 効き目は大きく、リスクは小さく！（約10分）

【クイズと事例解説で学ぶ】

2話 薬と健康食品 サプリメントの飲合せ（約5分）

3話 薬の飲み方、自己判断していませんか？（約7分）

【やってみよう、自分たちでできること】

4話 ポリファーマシーって？（約12分）

5話 薬のリスクを最小に（約6分）

6話 副作用かなと思ったら（約9分）

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/) <https://tokyodouga.jp/> 「お薬シンポジウム」で検索してください。

・東京都ホームページ

[HP](http://www.tokyo-eiken.go.jp/kj_shoku/qqbox/forum20_2/) http://www.tokyo-eiken.go.jp/kj_shoku/qqbox/forum20_2/

※ご視聴に係る通信費は、視聴者様のご負担となります。

問 健康安全研究センター健康危機管理情報課食品医薬品情報担当 **TEL** 03-3363-3472

HP http://www.tokyo-eiken.go.jp/kj_shoku/qqbox/

食の安全都民講座をオンライン配信中です 「あなたの知らないアニサキス食中毒」

東京都では、食品の安全に関するリスクコミュニケーション事業の一環として、身近なテーマについて、講義や実験等を通じて、理解を深めることを目的に「食の安全都民講座」を開催しています。

今回は、ここ数年連続で食中毒発生件数が最も多い「アニサキス」（寄生虫）がテーマです。その食中毒の概要と予防法について、実演動画を交えて、分かりやすくお伝えします！

なお、今回の都民講座は、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 3月31日（水曜日）まで

内 容 「あなたの知らないアニサキス食中毒」（約20分）

（講師 健康安全研究センター微生物部職員）

動画配信期間中、講座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/) <https://tokyodouga.jp/> 「食の安全都民講座」で検索してください。

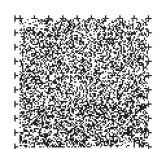
・食の安全都民講座 特設 [HP](#)

[HP](https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/shokuhin/forum/tominkoza/tominkozar2-3.html) <https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/shokuhin/forum/tominkoza/tominkozar2-3.html>

※ご視聴に係る通信費は、視聴者様のご負担となります。

問 健康安全研究センター健康危機管理情報課食品医薬品情報担当

TEL 03-3363-3472



4月2日は「世界自閉症啓発デー」、 4月2日から8日は「発達障害啓発週間」です！

毎年4月2日は、国連が定める「世界自閉症啓発デー」です。

また、4月2日から8日は、厚生労働省が定める「発達障害啓発週間」として、日本各地で自閉症等の発達障害について啓発する活動が行われています。

東京都では、自閉症等の発達障害のある方や御家族の相談支援等を行うとともに、社会全体で理解が進むよう、普及啓発の一環として東京ゲートブリッジおよび都庁第一本庁舎をブルーにライトアップします。

ライトアップに使う青色は、癒やしや希望などを表しています。名所旧跡でのライトアップの取り組みは、世界各国で行われており、日本でも各地で実施される予定です。

(1) 東京ゲートブリッジのライトアップ

4月2日（金曜日）日没から20時まで（※）

(2) 都庁第一本庁舎のライトアップ

4月2日（金曜日）から8日（木曜日）

18時から20時まで（※）

【世界自閉症啓発デー・日本実行委員会（公式サイト）】

HP <http://www.worldautismawarenessday.jp/>

※時間の最新情報は、福祉保健局 **HP** をご確認ください。



東京ゲートブリッジのライトアップの様子

自閉症を知っていますか？

自閉症は、発達障害のうちのひとつです。

自閉症の人は、気持ちをうまく伝えることや、他人の言葉の意図を理解することが苦手といった特性があります。

自閉症の人たちが社会の中で生き生きと暮らすためには、その行動や態度の意味の理解と支援が必要です。

問 福祉保健局障害者施策推進部精神保健医療課

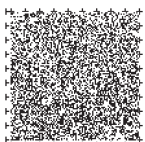
TEL 03-5320-4464 **FAX** 03-5388-1417



都庁舎のライトアップの様子

2月の動き

- | | |
|--|--|
| 2日 第2回東京都後発医薬品安心使用促進協議会 | 15日 第2回東京都生活衛生審議会（オンライン会議） |
| 3日 東京都生活衛生審議会 | 19日 令和2年度第2回東京都食品安全情報評価委員会（オンライン会議） |
| 5日 「子育て応援とうきょう会議」第18回全体会議（オンライン会議） | 21日 東京ホームタウンプロジェクト 2020年度総括イベント - 私たちがつくる、東京の “これから” 「東京ホームタウン大学2021」（オンライン開催） |
| 8日 第九期東京都障害者施策推進協議会 第6回専門部会（拡大専門部会）
第19回東京都子供・子育て会議（オンライン会議） | 22日 令和2年度「若年性認知症の本人の通いの場をつくるガイドブック」事業者向け説明会（オンライン開催） |
| 12日 2020年度都医学研都民講座（第5回）がんを「治す」への挑戦：悪いタンパク質を狙って壊す新戦略（オンライン開催）
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4回）（オンライン開催） | 26日 第2回東京都ギャンブル等依存症対策推進計画策定委員会 |



福祉保健 vol.199 令和3年3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>

