

福祉保健

令和4年5月
2022 5月

5月12日は民生委員・児童委員の日 ～民生委員・児童委員はあなたの身近な相談相手です～

民生委員・児童委員とは、地域福祉の推進のために活動する無報酬の公務員（都道府県の非常勤・特別職）で、都内全域で約1万人が活躍しています※。

毎年5月12日は「民生委員・児童委員の日」、また、5月12日～18日は「民生委員・児童委員の日活動強化週間」です。この活動強化週間を中心に、民生委員・児童委員の存在や活動を知っていただくため、都内で様々な広報活動を展開します。

民生委員・児童委員ってどんな人？

- 民生委員・児童委員は、区市町村の推薦会から推薦され、東京都の審査を経て、厚生労働大臣が委嘱します。主任児童委員は、児童委員の中から厚生労働大臣が指名します。
 - 任期は3年です（再任あり）。現在の任期は、令和元年12月1日～令和4年11月30日です。
- ※定数 10,361人（民生委員・児童委員 9,576人、主任児童委員 785人） 八王子市を除く。



↑ 徽章
← 門標

民生委員・児童委員は何をしているの？

- 民生委員は、それぞれ担当の区域を持っており、地域の中で住民に身近な相談相手として、日常的な見守りや個別相談支援、関係機関への橋渡しなど様々な活動を行っています。
- 民生委員は、児童委員を兼ねています。児童や乳幼児、妊産婦等の福祉や保護等のための相談や援助を行っています。
- 主任児童委員は、児童福祉に関することを専門的に担当し、子供たちが健やかに生活できるよう、児童相談所や子供家庭支援センター、学校等と連携しながら活動しています。

安心してご相談ください！

民生委員・児童委員には守秘義務があります。相談内容など個人に関する秘密は守りますので、お困りごとがあれば安心してご相談ください。地域の民生委員・児童委員を知りたい場合は、お住まいの区市町村へお問い合わせください。

活動強化週間中の取組

- 以下の東京都民生児童委員連合会 や SNS 等で、民生委員・児童委員の活動内容を紹介します。
- 5月12日（木）～18日（水）に、都庁第一本庁舎1階でパネル展示を行います。



問 生活福祉部地域福祉課
☎ 03-5320-4031



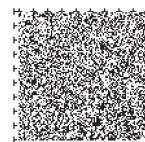
記号の見方

対象 日時 会場 内容 定員 費用 申込方法 参加方法 問い合わせ 電話 ファックス ホームページ メール

各記事の詳細は、記事右下の二次元バーコードからご覧いただけます。



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。



介護予防・フレイル予防のための実践動画を新たに作成しました！

「フレイル」とは、年齢とともに心身の活力が低下し、要介護状態となるリスクが高くなった状態をいいます。東京都では、新しい日常においても高齢者が健康な状態を維持できるよう、介護予防・フレイル予防の実践動画を新たに作成しました。健康的な生活習慣の維持に、本動画をぜひご活用ください。



内 介護予防・フレイル予防で重要なポイントとなる3本柱「運動」、「栄養・お口の健康」、「社会参加」のそれぞれの内容について、具体的な実践方法を示した動画です。HP「東京都介護予防・フレイル予防ポータル」からご覧ください。本ポータルサイトでは、介護予防・フレイル予防に資する情報を発信していますので、動画と併せてぜひご覧ください。

問 高齢社会対策部在宅支援課
☎ 03-5320-4271



登録販売者試験の実施

一般用医薬品の販売等に従事しようとする方の資質確認試験を行います。

日 9月11日(日)
¥ 13,600円

申 5月17日(火)から、東京都庁・都内保健所などで願書を配布します。6月3日(金)までに郵送で願書をご提出ください(消印有効)。詳細はHPをご覧ください。

問 健康安全部薬務課
☎ 03-5320-4522



蚊対策講習会を開催します

東京都では、6月の「蚊の発生防止強化月間」にあわせ、蚊の発生予防対策をお伝えするための講習会を開催します。デング熱やジカウイルス感染症などの蚊からうつる病気のことや、蚊の生態・対策等について、理解を深めてみませんか。

日 6月3日(金) 13時30分～16時30分
※会場・オンラインの同時開催

会 東京都健康安全研究センター会議室
(新宿区百人町3-24-1)

内 講演1「蚊が媒介する感染症」
(国立感染症研究所昆虫医科学部 部長 葛西 真治氏)

講演2「蚊の生態」
(一般財団法人日本環境衛生センター 技術審議役 武藤 敦彦氏)

講演3「蚊の防除」
(公益社団法人東京都ペストコントロール協会 技術委員 佐々木 健氏)

申 参加希望の方は、5月20日(金)までに運営事務局までお申し込みください。申込多数の場合は抽選となります。詳細はHPをご覧ください。

問 東京都健康安全研究センター
☎ 03-3363-3487



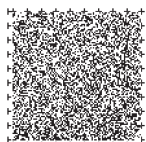
目の健康講座「緑内障は正しく恐れましょうー緑内障とともに暮らすニューノーマルを目指してー」

日 6月4日(土) 14時～15時 (Web開催)

内 「緑内障は正しく恐れましょうー緑内障とともに暮らすニューノーマルを目指してー」(講師:東邦大学医療センター大橋病院眼科前教授 富田剛司先生)

申 5月30日(月)までに、東京都眼科医会のHPから申込み。先着順で2,000名様に、講演後、講演内容をまとめた冊子を郵送します。

問 東京都眼科医会
☎ 03-3353-8383



令和4年度科学技術週間参加行事 ～健康長寿を目指すために知っておくべき 「性ホルモン」の働きと最新研究～

ヒトを含めた生命は“性”を背負って生きています。性を決定する「性ホルモン」は生殖のみならず健康の維持、老年病やがんなどの病気の発症に関わる重要な働きをしています。

本講演会では性ホルモンの働く仕組み、本センターでの研究成果を紹介します。講師／高山 賢一（老化機構研究チーム 専門副部長）

日 4月27日（水）11時30分～9月30日（金）

内 YouTubeでの動画公開

問 東京都健康長寿医療センター広報担当

☎ 03-3964-1141（内線1240）



植えてはいけない「ケシ」にご注意！

ケシは赤色、白色、紫色など色鮮やかな花を咲かせ、私たちに魅了します。でもそのケシ、植えても大丈夫ですか？

麻薬の原料となるケシは、法律で栽培等が禁止されています。今まで目にしたことのないようなケシの花には、注意が必要です。美しいからといって、植えてはいけないケシを栽培したり種を採ったりすると、法律に違反することがあります。

植えてはいけないケシを見つけたときは、抜かずに下記までお問い合わせください。

写真は、すべて植えてはいけないケシです



植えてはいけないケシの特徴

- (葉) ふちの切れ込みがやや浅い
ろう質を帯びた白っぽい緑色
- (莖) 無毛又は白色の毛が少し生えている
葉柄がなく、葉が莖を包み込んでいる

問 健康安全部薬務課

☎ 03-5320-4505



東京都保健医療計画推進協議会 委員の募集

東京都では、保健医療に関する総合的・基本的計画である「東京都保健医療計画」を推進するため、保健医療サービスを利用する都民の立場から審議を行っていただく委員を募集します。

日 次の条件を全て満たす方（公務員を除く）。任期は令和6年7月31日まで。

(1) 都内在住の満20歳以上（令和4年8月1日現在）の方

(2) 任期中に開催する会議（平日、年5回程度、夜間の場合あり）に出席できる方

申 5月31日（火）までに、次の書類を郵送で提出してください（消印有効）。書類選考（一次）、面接（二次）を行い、結果は本人へ通知します。

(1) 作文「これからの保健医療施策について」（800～1,200字）

(2) 応募者連絡先

問 医療政策部医療政策課

☎ 03-5320-4424



令和4年度東京都自立支援協議会 第1回本会議

東京都自立支援協議会第1回本会議をオンライン（一部会場）にて開催いたします。

日 6月6日（月）13時30分（開始）～16時（終了予定）

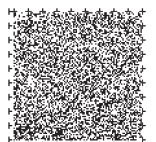
会 Web会議システムを用いたオンライン（一部会場）で行います。

申 一般傍聴を希望する方は、5月30日（月）までに下記問合せ先へお申し込みください（人数制限あり）。傍聴にあたり配慮が必要な事項がある場合は、お早めにご連絡ください。

※本会議の開催に関する詳細の情報はHPをご確認ください。

問 東京都心身障害者福祉センター

☎ 03-3235-2952 FAX 03-3235-2957



5月31日は世界禁煙デーです

世界保健機関（WHO）は、喫煙しないことが一般的な社会習慣となるように様々な対策を講ずるべきであるとして、毎年5月31日を「世界禁煙デー」と定めています。また、厚生労働省は、世界禁煙デーから1週間（5月31日～6月6日）を「禁煙週間」と定めています。

喫煙は、がん、循環器疾患、^{シーオービーディー まんせいへいそくせいはいしっかん}COPD（慢性閉塞性肺疾患）を含む呼吸器疾患、糖尿病、周産期の異常や歯周疾患等のリスクを、また、受動喫煙は、虚血性心疾患や肺がん等のリスクを高めるとされています。自分や周囲の人のことを考えて、ぜひ、この機会に禁煙しませんか？



禁煙のためのリーフレット

禁煙に取り組んでみましょう

「たばこが身体に悪いことはわかっているけどやめられない」という方、それはあなたの意思が弱いからではなく、ニコチン依存症という脳の病気にかかっているからかもしれません。たばこに含まれるニコチンには依存性があるため、正しい知識を身に付けて禁煙に取り組む必要があります。

薬局等でニコチンガム・ニコチンパッチ等の禁煙補助薬を買って使うと、ニコチン切れの症状（離脱症状）を抑えることができるので、禁煙に成功しやすくなります。また、一定の基準を満たした医療機関で禁煙治療を受けると、健康保険が適用されます。



知っていますか？ COPD

COPD（慢性閉塞性肺疾患）は、有害物質を長い間吸引したことで肺が壊れる進行性の病気です。主な原因は喫煙で、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ます。

1日に何度も咳が出る、呼吸をするとヒューヒュー音がするなどの気になる症状がある方、「風邪が長引いているのかな」、「受診するほどじゃないよね」と考えず、まずはかかりつけ医で受診しましょう。



また、COPDの予防の基本は禁煙です。喫煙習慣がある方は、禁煙に取り組みましょう。



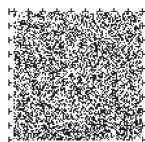
受動喫煙防止のための制度

2020年4月1日に、「改正健康増進法」及び「東京都受動喫煙防止条例」が全面施行され、2人以上の人が利用するすべての施設は、原則屋内禁煙となりました。決められた場所以外では、喫煙できません。屋外など喫煙を禁止されていない場所であっても、喫煙者は、周囲に受動喫煙が生じないように配慮する必要があります。



また、「東京都子どもを受動喫煙から守る条例」では、いかなる場所でも、子どもに受動喫煙をさせることのないよう努めるなど、都民や保護者の責務に関する規定を定めています。

問 保健政策部健康推進課
03-5320-4361



福祉保健 vol.213 令和4年5月発行

印刷規格表第1類 登録番号 (3) 341 〒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>



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。