

日本の手話と国際手話の違い

うれしい

日本の手話



手を少し丸め、指先を胸に向けて交互に、上下に動かします。

国際手話



右手を首もとに、左手を胸の前に、手のひらを上にして置き、それぞれ斜め上に少し上げます。

ごめんなさい

日本の手話



① 親指と人さし指で眉間をつまむようにします。
② 手を開き、指をそろえて上から下へ下ろしながら頭を下げます。

国際手話



右手を胸の前でにぎり、回します。

結 婚

日本の手話



左手親指と右手小指を立て、左右から近づけて、つけます。

国際手話



右手で左薬指に指輪をはめる動作をします。

東京都「話そう！手のことば～世界をつなぐ手話～」

質問時使用パネル

ユニバーサル

国際手話普及啓発

デフリンピック



TOKYO 2025
25TH SUMMER DEAFLYMPICS



2025

へ



高田裕士さん (Takada Yuji)

●聴覚障害者のオリンピック
「デフリンピック/Deaflympics」日本代表

**Run for dream! 夢や目標は人それぞれですが、
楽しく真剣に! 自分の限界に挑戦しましょう!
皆さんと一緒に走るのを楽しみにしています。**

聴覚に障害を持って生まれる。感音性難聴で、最重度の聴覚障害者(両耳の聴力レベルが100dB以上)。横浜国立大学卒業。トレンドマイクロ株式会社所属。高校までは野球部で、横浜国立大学入学後に陸上競技部へ転向。デフリンピック日本代表選手としては史上初のプロスポーツ選手として活動しており、競技活動とは別にメディア出演、講演会等を通じて、聴覚障害者のオリンピック『デフリンピック/Deaflympics』の普及活動にも携わっている。現在は2021年デフリンピックで、世界一のパパ(金メダリスト)になることを目標に活動中。同じくゲストランナーである高田千明氏とは夫婦。区内在住。



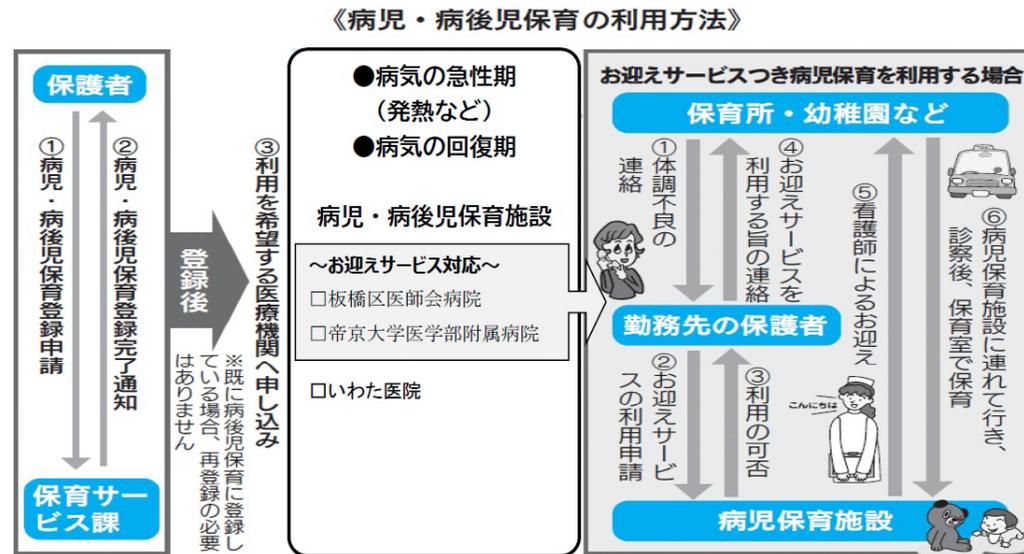
高田千明さん (Takada Chiaki)

●パラリンピック/Paralympic Games」日本代表

**区内在住のアスリートとして、地域の皆さん
とスポーツを通じて、たくさんの交流ができる
このイベントをとっても楽しみにしています。
皆さんと一緒に最後までけがなく楽しめるイ
ベントにしていきたいと思います。**

ほけんの窓口グループ(株)所属。伴走者・コーラーは、1996年アトランタオリンピック日本代表(4×400mリレー決勝5位入賞・前アジア記録保持者)の大森盛一氏。出産後も、パラリンピックをはじめとする国際大会においてメダル獲得および入賞を達成する等、トップアスリートとして競技活動を継続しており、2020年東京パラリンピックで息子の諭樹くんに「世界一のママ」を見せることを目標に、育児と仕事とトレーニングに奮闘するママさんアスリートである。同じくゲストランナーである高田裕士氏とは夫婦。区内在住。

1)板橋区お迎えサービスについて



～お迎えサービスについて～

<お迎えサービスとは?>

区内にある認可保育所・認証保育所・小規模保育施設・ベビールーム・認定こども園・幼稚園に入所している板橋区に住所を有する児童が、通所施設において体調が悪くなった際、保護者がお迎えに行くことが困難で、かつ、入院の必要がないことを前提に、病児・病後児保育室のうち、実施施設（板橋区医師会病院・帝京大学医学部附属病院）の看護師が保護者に代わって、タクシーで迎えに行く制度です。

※在宅の児童及び家庭福祉員利用者は本サービスの対象外となります。

① お迎えサービスの対象となる病気は？

◆発熱等で、入院加療を必要としないもの。

・利用申請時、保護者の方から聞き取った症状によっては、ご利用できない場合があります。

2)大田区の試行実施

こども文教委員会 令和5年8月15日
こども家庭部 資料3番
所管 保育サービス課

病児保育送迎事業の試行実施について

1 事業概要

児童が通所している保育所等で、急な体調不良により病児保育事業を利用しようとする際、保護者の都合によっては、すぐに迎えに行けない場合がある。このような場合、保護者の依頼に基づき、病児保育施設の職員が児童を保育園等に直接迎えに行き、病児保育施設への送迎を行う事業を試行として実施する。

2 実施施設（予定）

No.	施設名称	施設所在地	定員数
1	OCFC 病児保育室 うさぎのママ	大田区多摩川1-6-16	10名
2	OCFC 病児保育室 うさぎのママⅡ	大田区多摩川1-26-28	20名
3	キッズメディカルステーション	大田区中央7-15-14-102	8名

3 開始時期（予定）

令和5年10月1日

4 利用料

利用者負担は、送迎1回あたり1,000円を上限とする。

質問時使用パネル



令和5年度 港区学童クラブ等弁当配送事業チラシ

〇〇〇〇学童クラブ用

お子様の健康力を おいしいお弁当でサポート！



玉子屋は、お客様の『お昼ごはんの充実』を考え毎日のお弁当を作っております。
小学校が夏休みなどで長期休業の時、学童ご利用のおお客様の保護者のみなさま！
 お子様のお昼ごはんに玉子屋にお任せください！

健康にこだわったお弁当づくり



- ・身体を支えるごはんに「シールド乳酸菌®」（無味無臭、アレルギーフリー）が百億個入っています。シールド乳酸菌入りのごはんが食べられるのは玉子屋だけです！
- ・毎日の日替わり弁当には和風、洋風、中華風など、様々な玉子屋の手作りおかずが満載です。肉、魚、野菜が入ったお弁当はバランス抜群で栄養面でも安心です。
- ・お弁当容器は自社で毎日回収・洗浄、衛生的で安心です！



スマートフォンで簡単注文可能です



注文、キャンセル締切は前日正午まで！事前予約可能（2週間毎）
 日替わりメニュー、システム料込520円（税込）！

登録完了まで
最短3分！

+

前日正午
までに注文

+

お弁当準備
の負担軽減

=

520円

（税込）



おべんとうの
玉子屋

BENTO
ICHI BANCHO DELIVERY
TAMAGOYA



2023
健康経営優良法人
Health and productivity
ブイ500

質問時使用パネル

現在長期休業期間
のみ・前後拡充を

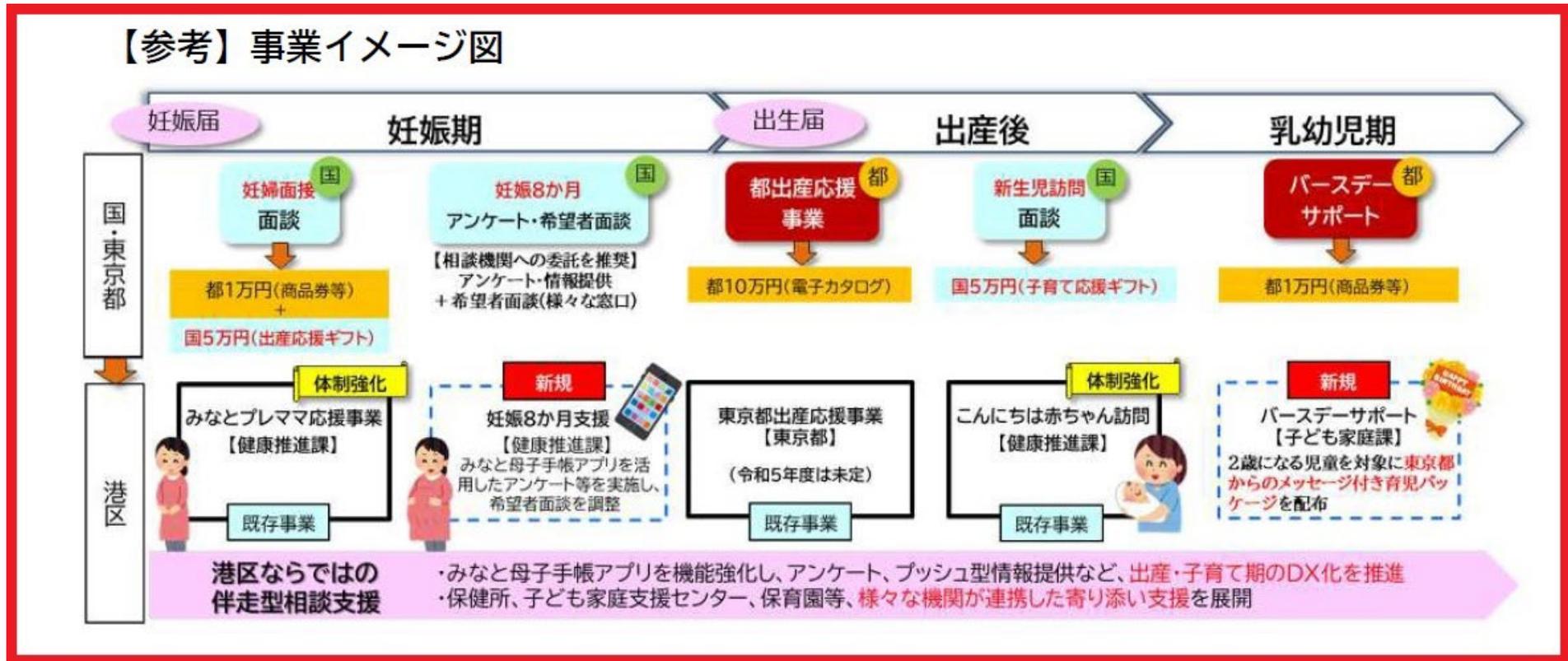
学童保育




学童ク弁当配食

始業式終業式拡充を！

伴走型相談支援と経済的支援とのセット



令和5年3月20日更新

港区産前産後家事・育児支援サービスのご案内

妊娠中や出産後、日常生活にお困りの港区在住の家庭に対してご自宅で、「ホームヘルパー」または産前産後の母子専門の支援員「産後ドゥーラ」が訪問し、家事および育児支援を行います。

対象家庭・利用上限時間

利用上限時間を超えた場合、または申請を忘れて利用期間(誕生日)を過ぎた場合は、港区の助成対象となりません。 ※母子手帳交付後の、流産、死産でのご利用も可能ですのでご相談ください。

○ドゥーラ

妊娠中および出産後 120 日以内に、15 時間まで

○家事支援 (ご利用は、毎年申請が必要です)

・妊娠中および、子が 1 歳の誕生日前日まで 128 時間(ドゥーラ 15 時間の利用を含む)

※多胎妊娠の方は、子一人につき 128 時間(ドゥーラ 15 時間の利用を含む)

・子が1歳から2歳の誕生日前日まで 年 48 時間 (多胎妊娠の方は、子一人につき 48 時間)

・子が2歳から3歳の誕生日前日まで 年 48 時間 (多胎妊娠の方は、子一人につき 48 時間)

利用時間

午前8時から午後10時までの間で、1日1回、2・3・4時間の単位で利用できます。

※予約状況により、ご希望に添えない場合があります。

※産後ドゥーラは支援者ごとに訪問可能時間が異なります。事業者のホームページでご確認ください。

支援内容

家事支援	日常的な食事の支度・一般的な家庭の掃除、及び整理整頓・洗濯・買い物・検診の付添い
産後ドゥーラ	上記の家事支援・沐浴の援助・授乳時の見守り・子育て相談・産後における生活設計の相談
できないこと	兄弟姉妹の送迎等の世話・冠婚葬祭等の特別な手間をかけて行う調理・大掃除・日常の清掃以外のこと(浴室のカビ取り・排水溝内、換気扇、網戸、室外の掃除・エアコンや照明器具等の掃除・窓ガラス拭き・床のワックスかけ等)・庭の草むしり・花木の水やり・犬の散歩等ペットの世話・来客の対応・家具、電気器具の移動、修繕・引越しの手伝い等

※注意事項及びお願い

・家事支援対象者(申請者)が不在の時やお子様、ご家族がインフルエンザや新型コロナウイルス感染症等伝染性の疾患にかかっている時は、支援をご利用できません。

・家事支援では、育児や保育施設への送迎は対象外です。

利用料金

訪問時間	2 時間	3 時間	4 時間	キャンセル料金
家事支援料金	1,500 円	2,250 円	3,000 円	2,475 円(1 時間あたり)
産後ドゥーラ料金	2,000 円	3,000 円	4,000 円	0 円

※多胎妊娠家庭の利用料金は、家事支援、産後ドゥーラともに、2時間 1,000 円、3 時間 1,500 円、4 時間 2,000 円です。キャンセル料金は上記の表のとおりです。

品川区 多胎家庭への産後ドゥーラ支援について

しながわネウボラネットワーク 多胎児家庭支援事業 令和5年4月版

多胎児家庭の家事・育児支援のヘルパー等の利用助成



多胎児を妊娠中の方とご家庭、多胎児を養育しているご家庭へ
家事・育児支援のヘルパー(区と提携)の利用料の一部を助成します。

《対象者》

- 多胎児を妊娠中の方とご家庭、または生後3歳の誕生日前々日までの多胎児を養育しているご家庭
- 品川区に住民票がある方
- 品川区と提携している事業者(産後ドゥーラ)に利用料をお支払いした方
※原則、ご利用時にお子さんとその養育者が在宅していることが条件です

※ベビーシッターでのご利用は助成対象外です

《助成内容》

サービス	助成金額	助成上限*1	申請期限
プランニング	1,000 円	利用者につき1回限り	
支援	2,700 円 (1 時間)	妊娠中～1 歳誕生日前々日	240 時間 1 歳 1 か月まで
		1 歳誕生日前日～2 歳誕生日前々日	180 時間 2 歳 1 か月まで
		2 歳誕生日前日～3 歳誕生日前々日	120 時間 3 歳 1 か月まで

※その他交通費、手数料、お試しサポート料、キャンセル料等は助成対象外です。複数回に分けての申請も可能です。

江東区 多胎家庭への産後ドゥーラ支援について

多胎児（双子や三つ子など）

家庭の家事・育児を
サポート

2歳まで
利用できます



妊娠中や出産後の日常生活にお困りのご家庭に対し、江東区内のご自宅に訪問支援者が伺い家事及び育児支援を行います。

■対象家庭・利用上限時間

江東区内在住で、多胎児を妊娠中もしくは、養育をしている家庭

年齢	1世帯あたりの 利用上限時間
妊娠中～0歳（1歳になる誕生日の前日まで）	240時間
1歳（2歳になる誕生日の前日まで）	180時間
2歳（3歳になる誕生日の前日まで）	120時間

質問時使用パネル

港区産後ドゥーラ

利用期間時間拡充を！

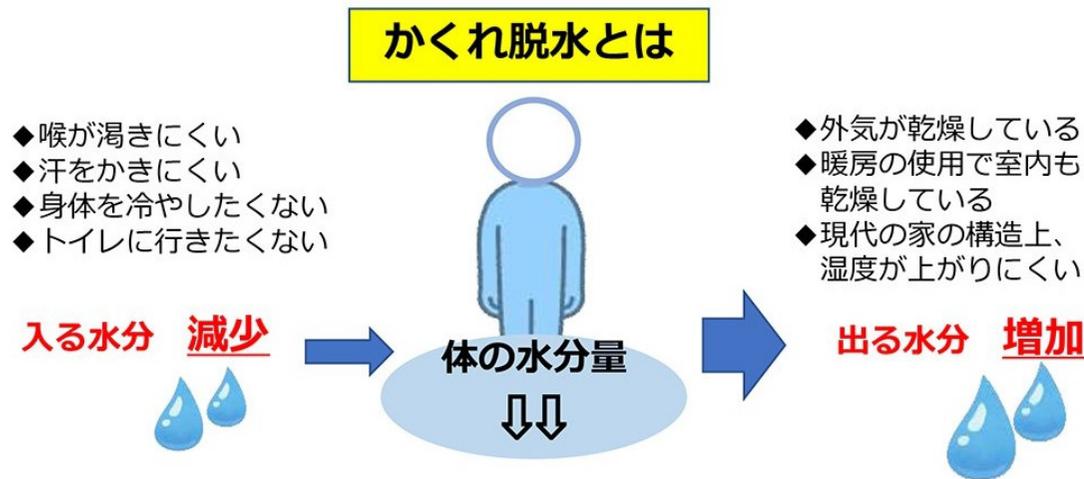
特に多胎児家庭を
伴走型相談支援に

doula

1)脱水症が引き起こす健康被害

- リスク高:熱中症、脳梗塞、心筋梗塞、肺炎、意識障害、錯乱、褥瘡、尿路感染症、電解質異常など

2)かくれ脱水とは

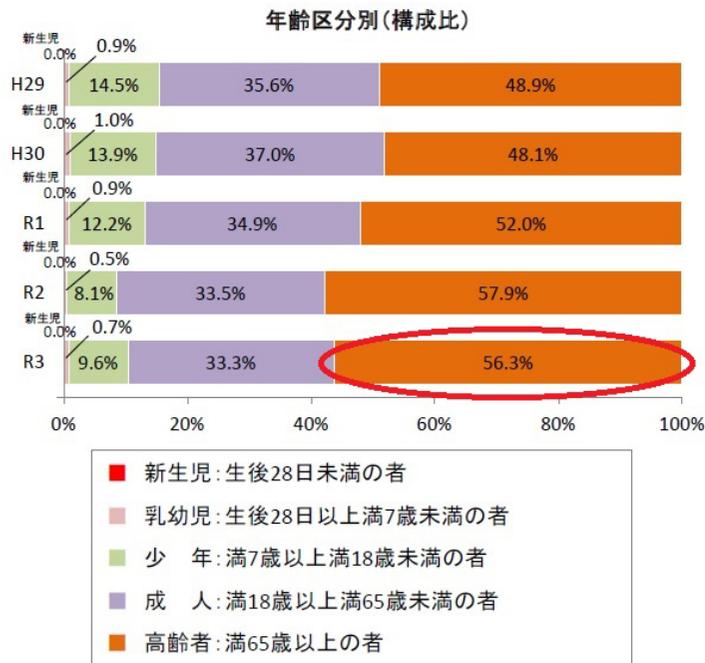


知らず知らずのうちに身体の水分が減ってしまう

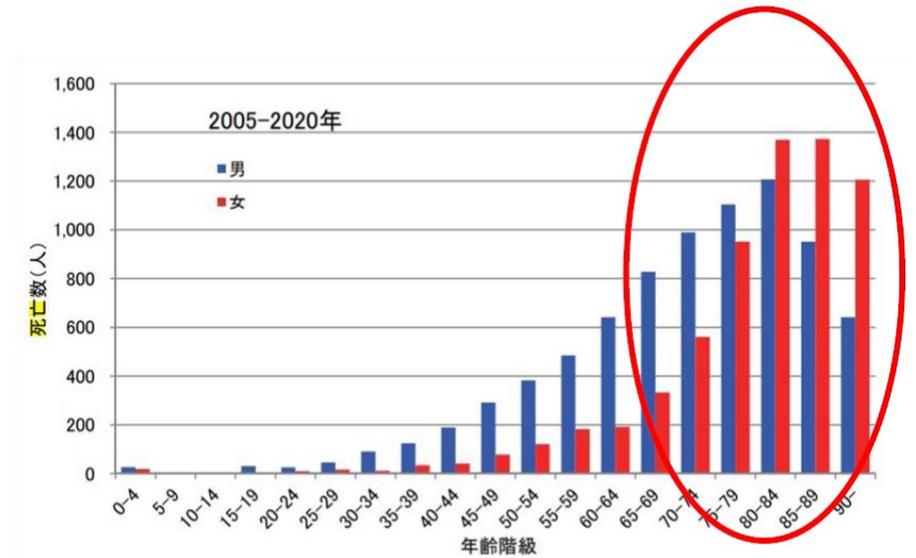
© 2018 医療法人同仁会 (社団)

3) 熱中症による救急搬送状況(平成 29 年～令和3年)

「年齢区分別(構成比)」



※構成比は各年とも調査期間全体における数値を計上している。
 ・平成29年～令和元年及び令和3年の調査期間は5月～9月
 ・令和2年の調査期間は6月～9月



4) 図1-10 年齢別熱中症死亡数

5)

かくれ脱水チェックシート

対象：65歳以上のご高齢の方

監修：神奈川県立保健福祉大学 保健福祉学部栄養学科 教授 谷口 英喜

3つのSTEPの設問をチェックすることで、「かくれ脱水」の可能性を調べることが出来ます。
脱水症へ移行する前段階、「かくれ脱水」をチェックしてみましょう。



STEP 1 最近、今までなかった以下のような変化がありませんでしたか？

該当項目に☑をしてください。

- 皮膚がかさつくようになった。皮膚につやがなく、乾燥している。ポロポロと皮膚がおちる。
- くちの中がねばつくようになった。食べ物がパサつく。つばが少なくて、つばをゴクンと飲めないことがある。
- 便秘になった、あるいは以前よりひどくなった。下剤（便秘薬）を使う頻度が増えた。
- 以前よりも皮膚の張りがなくなった。手の甲をつまみあげて離した後に、つまんだ跡が3秒以上も残る。
- 足のスネに“むくみ”がでるようになった。靴下のゴムの跡が、脱いだ後に10分以上も残る。

↓

該当項目にひとつでも☑がある方は、
下記STEP2へ進んでください。

↓

該当項目のない方は、
裏面アドバイスAへ。

STEP 2 以下の項目に該当するものはありますか？

該当項目に☑をしてください。

- 日当たりの良いところ、または屋外にいる時間が長い（目安は1時間以上）。
- 普段よりも、集中力が低下している（例えば、落ち着かずイライラしたり、昼間でも眠りがちだったりする）。
- トイレが近くなるため、寝る前は水分補給を控える傾向がある。
- 冷たい食べ物（例えば、氷・アイスクリームなど）や冷たい飲み物を好むようになった。
- 利尿薬を内服している（ダイエット薬に含まれている場合も該当）。

↓

該当項目にひとつでも☑がある方は、
裏面STEP3へ進んでください。

↓

該当項目のない方は、
裏面アドバイスBへ。



※なお、このシートはあくまでも「かくれ脱水」の目安であり、本チェックシートに該当項目がなくとも「かくれ脱水」になっている場合があります。
確定診断には、医療機関での血液検査等の評価が必要です。

出典：高齢者に存在する「隠れ脱水」の予防策「かくれ脱水」を定義する—400名を対象とした感度分析の結果から「かくれ脱水発覚チェックシート」の提案—社団法人日本 Geriatr. Med. 2014年5月号 (vol.52 no.5)

質問時使用パネル

経口補水液配給も
熱中症予防の為に

チェックシート活用を！

高齢者がかくれ脱水




6)

- 成年女性を対象とした実験

→1200mL/日以上水分摂取を達成した割合

「毎月栄養カウンセリング+9ヶ月間隔週2Lの水を配給」群 : **84.3%**

「カウンセリングのみ」群 : 38 %

∴水の配給により適量の水分を摂取

- 高齢男性に定期的に(0,2,8,18週間後)水の摂取量を1.5L増やすよう求めた

→半年後の平均増加量は約1L

∴口頭で定期的に水分摂取を求めただけでも摂取量が増加

