

PICK-UP 01

**こころの健康について
考えてみませんか？**

3月は
自殺対策強化月間

こころの健康フェスタ

こころの健康トークショー&ミニライブ「～大丈夫、いつでも味方だよ～」



日本快眠協会
代表理事の今枝昌子さん



シンガーソングライターの
マッシュ MASHさん

他にも、オリジナル紙芝居や音楽
ステージなど

日時 3/20(水・祝)

午前10:00～午後4:00

場所 オアシス21銀河の広場(東区)

料金 入場無料

こころの健康セルフチェック！



なんだか朝がだるい

やる気が出ないなあ

名古屋市いのちの支援広報キャラクター©becco

★「こころの絆創膏アプリ」でメンタルヘルスやストレス
の度合いをチェックできる

★悩みがあるときは、ウェブサイト「こころの絆創膏」で
相談窓口を検索！

問合せ 健康福祉局健康増進課

☎972-2283 FAX972-4152

「こころの絆創膏」はこちらから→
アプリのダウンロードもできます



PICK-UP 02

**なごや生物多様性シンポジウム
～みんなでつなごう生物多様性の未来～**

市版レッドリスト(案)に関する希少種報
告、高校・大学生などによる調査・研究の展
示発表、市立大学が取り組む生物多様性・
SDGsに関する研究報告など

日時 3/24(日)午後1:00～5:00

(受け付けは午後0:30～)

場所 市立大学田辺通キャンパス

(瑞穂区)

人数 当日先着200人 **料金** 入場無料

問合せ なごや生物多様性センター☎831-8104 FAX839-1695



↑詳しくは
こちら



昨年の様子

他にも
講座が
たくさん！

市立大学は「地域に開かれた大学」として社会貢献に努めています。

日本経済新聞 大学の
地域貢献度ランキング2023
全国1位(2回連続)

THEインパクトランキング
2023 SDG3(健康と福祉部門)
全国1位(世界7位)



問合せ 市立大学広報室☎853-8328 FAX853-0551

PICK-UP 03

**事業者による障害のある
方への合理的配慮の提供
が義務化されます**

「障害者差別解消法」
「市障害者差別解消推進条例」
の改正(4/1～)

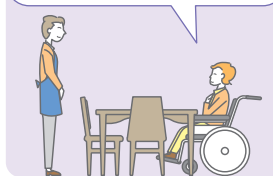
合理的配慮ってなに？

物理的環境への配慮
(例: 肢体不自由)

意思疎通への配慮
(例: 弱視難聴)

ルール・慣例を柔軟に変更
(例: 学習障害)

飲食店を車いすのまま
利用したいです。



配慮 いすを片付けて車
いすのまま利用できる
ようにした。

難聴のため筆談を希望しま
す。弱視もあり細かいペンや小
さな文字は読みにくいです。



配慮 太いペンで大きな
文字を書いて筆談した。

読み書きに時間がかか
り、最後まで書き写す
ことができません。



配慮 スマートフォンな
どでホワイトボードを撮
影できることとした。

※具体例です。合理的配慮の内容は個別の場面に応じて異なります。

義務化されるのはどういうこと？(改正内容)

★事業者も市と同じ基準になります。

	市	事業者
不当な差別的取り扱い		
障害を理由として正当な理由なくサービスを 拒否・制限したり、条件を付けたりすること	禁止	禁止
合理的配慮の提供		
障害のある方から配慮を求められた際に、 負担になりすぎない範囲で必要な配慮を行うこと	義務	努力義務 ↓ 義務

※事業者は、企業・団体だけでなく、個人事業主・NPO法人・ボランティア団
体も含まれます。

※合理的配慮の提供にあたっては、障害のある方と事業者が話し合い、お互
いに理解し合いながら共に対応策を検討することが重要です。

障害者差別解消に関する広告を「名古屋」駅ゲートウォークで放映中(3/31まで)

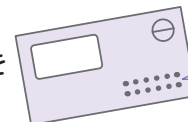
問合せ・相談窓口 障害者差別相談センター(北区)☎856-8181 FAX919-7585

PICK-UP 04

名古屋市の組織が変わります！(4/1～)

さまざまな行政課題に的確・柔軟に対応するため、市の組織が変わります。
課全体で業務を行えるように、係を廃止します。

本市からの郵送物や
区役所などの窓口表記を
一部変更します。



現在: 区役所●●課●●係
4/1～: 区役所●●課●●担当

問合せ 総務局行政改革推進室☎972-2184 FAX972-4109



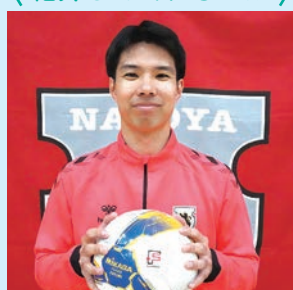
スポーツ選手
直伝！

1日1セットやってみよう！

フルバージョン
は動画で紹介



紹介してくれるのは /



**名古屋オーシャンズ
八木 聖人選手**

名古屋U15出身のドリブラー。
持ち前の初速スピードを
生かしたプレーに注目！

今回は **全身のストレッチ！**

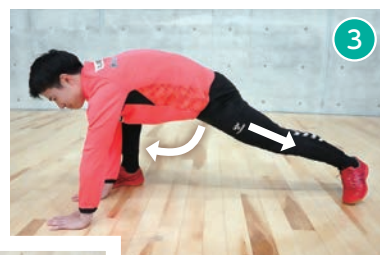
スポーツ選手が日ごろ行っているストレッチをして、すっきりリフレッシュ！
自分の体力に合わせて無理せずやってみよう！



①右足を伸ばし、左足を曲げて
深くしゃがむ。5秒間キープ。



②①の体勢のまま手を前に着き、
右足首を左右に倒して股関節を動かす。



③両手を前につき
左足を後ろに伸ばす。



④左手で体を支えて体をひねり、
5秒間キープ。左右を変えて
①～④を行う。



名古屋オーシャンズ

名古屋市をホームタウンとし、所属する
日本フットサルリーグでは16回の
優勝を誇る、日本最強のプロフットサルチーム

5月～シーズン開幕！
試合会場にぜひ遊びに
来てください！

名古屋スポーツコミッションは、スポーツの力による地域の活性化・都市ブランドの
向上に取り組んでいます。

名古屋スポーツコミッション **検索**

問合せ 名古屋スポーツコミッション☎212-6945 FAX212-6946(スポーツ市民局スポーツ戦略室☎972-3294 FAX972-4417)

チームへの応援メッセージをお寄せいただ
いた方の中から抽選で5人に
八木選手のサイン入り色紙をプレゼント
(受付 3/31(日)まで)

応募はこちら→

