

Ação para o Futuro das Crianças

2024

Edição para estudantes do
Ginásio e Ensino Médio



Tóquio está criando uma sociedade onde os sorrisos das crianças transbordam

As crianças podem crescer saudáveis e felizes à sua própria maneira

Pensamos junto com as crianças sobre o que é melhor para elas

A sociedade como um todo valoriza as crianças

Espalharemos o sentimento de “valorização das crianças” por toda a sociedade

Podemos criar nossos filhos com tranquilidade

Sempre apoiamos os pais em sua jornada na criação dos filhos

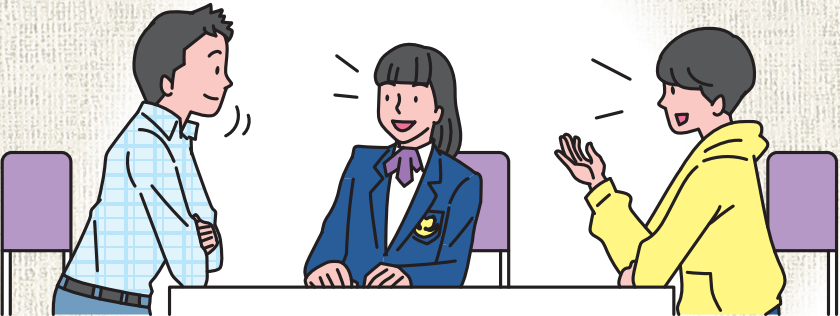


Vamos conhecer os decretos básicos sobre as crianças de Tóquio

As crianças são membros da sociedade. As crianças têm muitos direitos. Alguns direitos são exclusivos das crianças. Os **decretos básicos de Tóquio sobre crianças** foram criados para garantir que os direitos das crianças sejam respeitados e que todos possam viver felizes.

As crianças são insubstituíveis e protagonistas dos seus direitos	As crianças têm seus direitos. Todos têm direitos que são tidos como garantidos. Os direitos das crianças devem ser valorizados.
A felicidade das crianças é o mais importante	Os adultos pensam, em primeiro lugar e acima de tudo, no que é melhor para as crianças.
As opiniões das crianças são valorizadas	As opiniões das crianças são valiosas e preciosas. Os adultos estão abertos às opiniões das crianças.

Valorizamos as opiniões das crianças como protagonistas



As vozes das crianças são ouvidas em locais próximos a elas



Usamos **redes sociais** para coletar as opiniões de alunos do ginásio e ensino médio



Realizamos **pesquisas online** para saber suas opiniões sobre as iniciativas do Governo Metropolitano de Tóquio com monitores **recrutados junto ao público**

Os funcionários do Governo Metropolitano de Tóquio vão às escolas, do ginásio e ensino médio para dar aulas sobre as políticas infantis



As **vozes** e os **pensamentos** das **crianças** serão vinculados às **ações futuras**

Vozes sobre os ambientes de aprendizado

Gostaria que houvesse mais aulas em que eu pudesse me envolver com pessoas de outros países

É difícil conversar com meus pais sobre dinheiro

Quero trabalhar no exterior usando o inglês

Não entendo japonês, então fico sozinho na escola

Quero um sistema onde eu possa escolher um lugar que me agrada, seja uma escola comum ou escola livre

Próximas ações

Apoiaremos o aprendizado adaptado à situação de cada indivíduo



Vozes sobre conselhos para problemas

Há alguns problemas sobre os quais não posso falar com alguém próximo a mim ou com alguém que conheça meu rosto

Não gosto de fazer ligações telefônicas, mas posso facilmente falar com alguém pelo LINE

Já seria o bastante alguém me ouvir e ser empático comigo

Próximas ações

Quando tiver um problema, poderá facilmente pedir ajuda de várias maneiras (redes sociais, telefone, pessoalmente, etc.)

Vozes sobre os ambientes de Brincadeiras

Algumas crianças frequentam ginásios esportivos pagos e restaurantes, mas nós não temos dinheiro para isso

Quero que minhas opiniões sejam refletidas na criação de lugares pertencentes para crianças

Se o refeitório infantil deixar de existir, as crianças perderão um lugar pertencente

Próximas ações

Aumentaremos o número de playgrounds locais e lugares onde as crianças se sintam pertencentes

Podemos transmitir
nossas ideias que
elaboramos juntos, sobre
os afazeres da sociedade

Para uma
sociedade que
valoriza as
crianças!



Embaixadora infantil,
Kirari Murayama▶



A sociedade toda
apoia o sorriso das
crianças

Vamos oferecer suporte sobre as
preocupações e ansiedades das crianças

É possível fazer consultas de
diversas formas, como por telefone
ou redes sociais

Quando estiver com
problemas, haverá pessoas
e lugares com que a criança
poderá contar

Vários lugares onde a criança
se sinta pertencente poderão
ser criados, além da escola e
de sua casa



Transformando em realidade uma
cidade cheia de sorrisos de crianças

Sem mais
preocupações com
seu corpo ou com sua
condição de saúde
sozinho

Serão protegidas
de acidentes, para
que assim possam
se desafiar ao
máximo

Vamos apoiar os pais
em sua jornada na
criação dos filhos

Os clubes de estudo após a
escola serão mais
acessíveis

Apoiamos o aprendizado das
crianças

Poderão se dedicar mais
aos estudos em que são
bons

Poderão aprender sobre
as mais recentes
tecnologias digitais

Mais oportunidades de intercâmbio
escolar no exterior e conexões com
escolas internacionais



Sem mais **preocupações** com seu **corpo**
ou com sua **condição** de saúde sozinho

Saúde dos Jovens

O programa ajuda a **achar soluções sobre dúvidas como “o que fazer” e “E agora?”** durante a **adolescência**, quando os adolescentes **enfrentam várias mudanças em suas mentes e corpos** e são propensos à ansiedade e a preocupações. **Apoiamos o gerenciamento da saúde “agora” e no “futuro”**

Estudos

Aulas especiais ministradas por obstetras e ginecologistas, etc.

Transmissão de informações

Página inicial de Website “TOKYO YOUTH HEALTHCARE”, entre outros

Consultas e avaliações médicas

Tokyo Youth Health Support (Wakasapo*) Consultas especializadas realizadas por médicos de escolas de obstetrícia e ginecologia



※ “Wakasapo”



- Enfermeiras e outros tipos de especialistas, respondem sobre problemas de saúde específicos da adolescência, incluindo questões de âmbito sexual
- A consulta pode ser feita de forma anônima



TOKYO YOUTH HEALTHCARE

— Site médico e de saúde para **adolescentes** —

Ajuda para resolver problemas sexuais, físicos e emocionais e ansiedades que são difíceis de falar ou perguntar

Principais recursos

- São fornecidos artigos sobre **questões relacionadas à saúde dos jovens e temas adaptados às preocupações e aos interesses dos jovens**
- Você pode **pesquisar serviços de consulta para jovens na área metropolitana**
- Há três tipos de conteúdo disponíveis
 - “SOS” para quando estiver com problemas
 - “Story” para aprender sobre cuidados com a saúde com os personagens
 - “Interview” para interações com influenciadores



▲ Akari e Hiroto, os personagens principais, e Mokofuka, seu guia

Você pode pesquisar artigos dentre nove categorias

 Corpo Características sexuais secundárias, estilo de vida, etc.	 Nutrição Distúrbios alimentares, alimentação excessiva e anorexia, etc.	 Relacionamentos Construção de relacionamentos iguais, namoro com DV, etc.
 Sexualidade Gravidez, contracepção, doenças sexualmente transmissíveis, diversidade sexual, etc.	 Saúde mental Saúde mental, depressão, etc.	 Violência Violência sexual, bullying, etc.
 Álcool e drogas Medicamentos de venda livre, cafeína, etc.	 Lesões Acidentes/lesões inesperados, invalidez, etc.	 Outros Relacionamento interpessoal, redes sociais etc.

URL: <https://www.youth-healthcare.metro.tokyo.lg.jp/>

TOKYO YOUTH HEALTHCARE



Também pode ser acessado via código 2D ▶



Serão **protegidas** de **acidentes**, para que assim possam se **desafiar** ao máximo

Criar um ambiente que proteja as crianças de acidentes

Muitos acidentes acontecem na escola e em casa. O governo metropolitano está trabalhando para criar um ambiente em que seja menos provável a ocorrência de acidentes com crianças



▲Professor Sapo

Como os acidentes podem ser evitados?

Por exemplo, a simples “mudança” de “**não usar**” para “**usar**” um colete salva-vidas ao brincar no rio pode ajudar a evitar afogamentos

Coisas que queremos mudar
Afogamentos em rios

Coisas que não podemos mudar
Profundidade e fluxo do rio

Coisas que podemos mudar

- Usar colete salva-vidas
- Usar calçados de mergulho
- Não deixar crianças sozinhas perto de rios



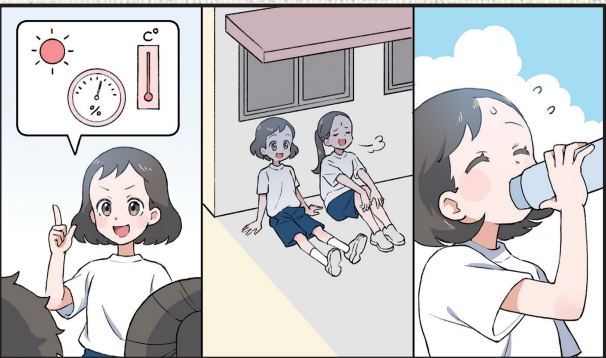
Ao “mudar” algo, os acidentes podem ser evitados. É importante pensarmos nas “coisas que podemos mudar”, e trabalhar nisso

Case Study Insolação

O que podemos mudar?
Vamos pensar em como evitar a insolação ou o colapso



Vamos começar por aqui!



- Use **roupas leves**
- Evite a luz solar direta com um **chapéu**
- Verifique o **índice de calor** mais recente
- Beba bastante **água e eletrólitos**
- Evite o **esforço excessivo**

Acidentes como esse podem acontecer... “Exercício em ambientes fechados”
Até as instalações internas, como ginásios esportivos, não são seguras. Mesmo que não esteja exposto diretamente aos raios solares, a temperatura e a umidade interna do local podem causar insolação. Vá para um local mais fresco e descanse antes que se sinta mal.

Vamos pensar juntos na prevenção de acidentes!



Imagem do Children's Accident Prevention Handbook (Manual de prevenção de acidentes para crianças).