Aksyon para sa kinabukasan ng mga bata 2024

Bersyon para sa Junior at Senior High School

TOKYO
METROPOLITAN
GOVERNMENT

Nais ng Tokyo Metropolitan Government na lumikha ng komunidad na puno ng ngiti ng mga bata

Kung saan mahusay na lalaki ang mga bata bilang sarili nila.

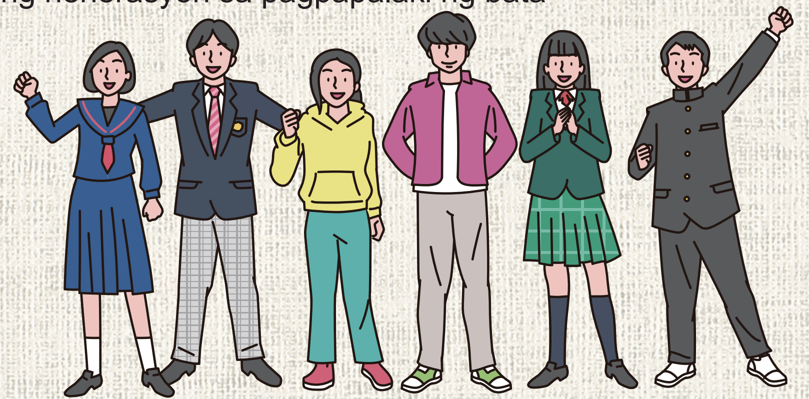
Pag-iisipan kung ano ang pinakamagandang gawin kasama ang mga bata para sa kanila

Pinahahalagahan ng buong komunidad ang mga bata

Palalawakin namin ang pagkakaroon ng damdaming "Magpapahalaga sa mga bata" sa buong komunidad

Mapapalaki ang mga bata nang kampante ang damdamin

Patuloy naming susuportahan ang henerasyon sa pagpapalaki ng bata

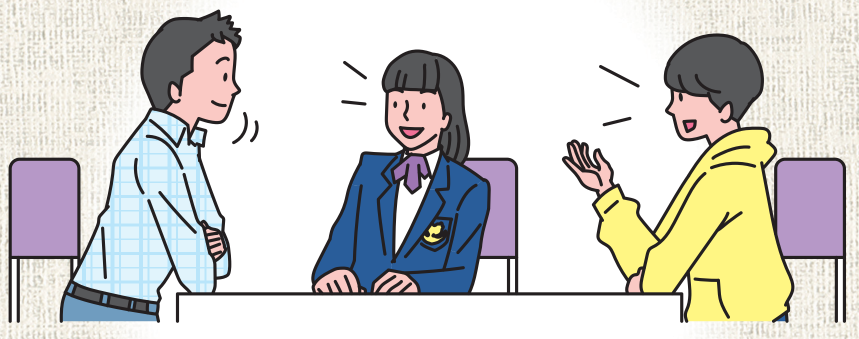


Kilalanin natin ang Batayang Ordinansa ng Tokyo Metropolitan Government Para Sa Mga Bata

Ang mga bata ay kasapi ng komunidad. Tulad ng matatanda, marami silang parehong karapatan, at mayroon ring karapatan na para lamang sa mga bata. Ang Pangkalahatang Ordinansa ng **Tokyo Metropolitan Government Para Sa Mga Bata** ay itinatag upang pahalagahan ang mga karapatan ng mga bata upang ang lahat ay makapamuhay nang maligaya.

Ang mga bata ay napakahalaga Sila ang bida pagdating sa kanilang karapatan	May sariling karapatan na para sa mga bata. Mga karapatang dapat na mayroon. Ang mga karapatan ng mga bata ay dapat na bigyang halaga.
Pinakamahalaga ang kaligayahan ng mga bata	Pangunahing iniisip ng matatanda kung ano ang pinakamabuti para sa mga bata.
Bibigyan ng halaga ang opinyon ng mga bata	Ang opinyon ng mga bata ay mahalaga at tangi. Nakikinig nang mabuti ang matatanda sa opinyon ng mga bata.

Pahahalagahan namin ang opinyon ng mga bata kung saan sila ang bida



Naririnig namin ang mga komento sa mga lugar na malalapit sa mga bata

Gumagamit kami ng SNS upang kolektahin ang opinyon ng mga mag-aaral na junior at senior high school

Nagsasagawa ang aming mga kinuhang monitoring staff ng online survey tungkol sa mga isinasagawa ng Tokyo Metropolitan Government

Pumupunta ang mga empleyado ng Tokyo Metropolitan Government sa mga junior at senior high school upang magturo ng mga tema na tungkol sa mga polisiya para sa mga bata

Iuugnay namin ang tinig at opinyon ng mga bata sa aming mga aksyon sa hinaharap

Mga testimonya tungkol sa kapaligiran sa pag-aaral

Gusto kong magtrabaho sa ibang bansa gamit ang wikang Ingles

Mas maganda sana kung mas maraming klase kung saan pwedeng makisalamuha sa mga tao mula sa ibang mga bansa.

Mahirap kumonsulta sa mga magulang tungkol sa pera

Dahil hindi ako marunong ng wikang Hapon, nag-iisa lang ako kahit na nasa paaralan.

Sana ay mayroong Sistema kung saan makakapili ako ng lugar na bagay sa akin tulad ng paaralan o free-school

Mga susunod na aksyon

Susuportahan namin ang pag-aaral na tugma sa sitwasyon ng bawat isa

Mga konsultasyon tungkol sa suliranin

May mga suliranin na hindi mo masabi sa mga taong malapit o kakilala mo

Medyo mahirap pag sa telepono pero kung LINE, mas maling kumonsulta

Kahit man lamang pakinggan ang sasabihin mo at ayunan kung ano ang nararamdaman mo ay sapat na

Mga susunod na aksyon

Gagawin naming magaan ang pagkonsulta kapag may suliranin sa pamamagitan ng iba't ibang paraan (SNS/telepono/harapan)

Mga komento tungkol sa mga palaruan at lugar na pupuntahan

May mga bata na nakapupunta sa magagandang gymnasium at family restaurant, pero kami, wala kaming pera

Nais naming maisalarawan ang pinyon ng mga bata sa paggawa ng lugar na kanilang mapupuntahan

Kapag nawala ang cafeteria para sa mga bata, wala na silang pupuntahan

Mga susunod na aksyon

Dadagdagan naming ang bilang ng mga lokal na palaruan at mga lugar kung saan madaling makapupunta ang mga bata

Paglikha ng isang bayan kung saan umaapaw ang ngiti ng mga bata

Susuportahan namin ang mga alalahanin at ikinababahala ng mga bata

Madaling makakapag-konsulta sa pamamagitan ng iba't ibang paraan tulad ng SNS at Telepono

Kapag may problema ka, may maasahan kang tao at may mapupuntahan ka

Magkakaroon ng iba't ibang mapupuntahan bukod sa paaralan at pamilya

Susuporatahan namin ang ngiti ng mga bata sa kabuuan ng komunidad

Maibabahagi ng lahat ang mga ideya tungkol sa mga suliranin sa komunidad na pinag-isipan nang magkakasama

Isang komunidad na magpapahalaga sa mga bata

Ambassador ng mga bata
Kirari Murayama►

Hindi na muling mag-aalala nang mag-isa tungkol sa katawan at kalusugan

Protektado ka sa mga sakuna at handa nang humarap sa mga hamon sa abot ng makakaya

Susuportahan namin ang henerasyong nagpapapalaki ng bata

Maaari ka nang mag-aral at magpatuloy sa mas mataas na antas ng pag-aaral nang hindi nag-aalala sa pera

Susuportahan namin ang pag-aaral ng mga bata

Lalo mong mapagbubuti ang bagay kung saan ka magaling sa pag-aaral

Matuto sa pinakabagong digital skills

Mas maraming oportunidad na makapag-aral sa ibang bansa at makipagpalitan sa mga paaralan sa ibang bansa

Hindi na muling mag-aalala nang mag-isa tungkol sa katawan at kalusugan

YOUTH HEALTHCARE

Tinutulungan namin ang mga batang nagbibinata at nagdadalaga na hinaharap ang mga pagbabago sa kanilang pag-iisip at pangangatawan at nakararanas ng mga alalahanin sa pamamagitan ng pagbibigay lunas sa kanilang mga tanong na "anong gagawin ko" "may problema ako", at sinusuportahan namin ang panangalaga sa kanilang kalusugan "ngayon" at sa "hinaharap"

Pag-aaral

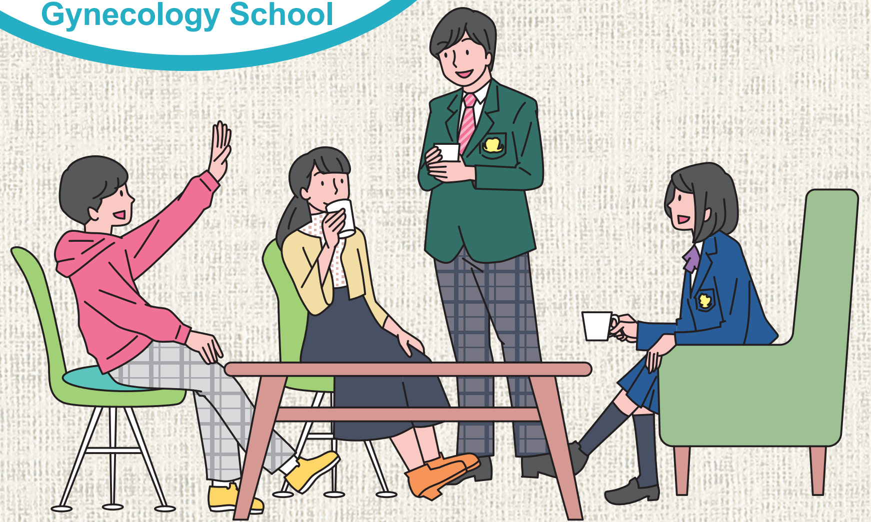
Mga espesyal na klase mula sa mga obstetrician and gynecologist at iba pa

Pagpapadala ng mga impormasyon

"TOKYO YOUTH HEALTHCARE" website at iba pa

Konsultasyon/ Reception

Tokyo Wakamono Health Support (Wakasapo*) Espesyal na konsultasyon mula sa Doktor sa Obstetrics and Gynecology School



***Wakasapo**

とうきょう若者(わかもの)ヘルスサポート

- Ang mga propesyonal tulad ng mga nurse ang sasagot sa mga katanungan sa kalusugan partikular sa pagbibinata/ pagdadalaga, kasama na ang mga suliraning sekswal
- Maaari ring magtanong nang hindi nagpapakilala

TOKYO YOUTH ♥ HEALTHCARE

— Health and Medical site para sa mga **teenager pataas** —

Mga bagay na mahirap sabihin/mahirap tanungin
Tutulong kaming mabigyan ng lunas ang iyong mga alalahaning sekswal, pisikal at mental

Pangunahing tampok

- Nagpapalabas kami ng mga artikulo sa mga suliraning umiikot sa kalusugan ng mga Kabataan, at mga temang akma sa mga alalahanin at interes ng mga kabataan
- Maaaring maghanap ng mga consultation center para sa mga kabataan sa Tokyo.
- Mayroong 3 nilalaman
  - **"SOS" na mapapakinabangan sa oras ng gulo**
  - **"Kuwento" kung saan pag-aaralan ang pangangalaga sa kalusugan kasama ang karakter**
  - **Pakikipag-usap sa mga influencer "Interview"**

▲Mga bidang sina Akari at Hiroto, at ang guide na si Mokofuka

Maaari kang maghanap ng mga artikulo mula sa 9 na kategorya.

Tungkol sa katawan Pangalawang sekswal na katangian, mga kaugalian sa pamumuhay at iba pa	**Tungkol sa nutrisyon** Mga diperensya sa pagkain tulad ng sobrang pagkain, anorexia at iba pa	**Tungkol sa pag-ibig** Pagkakaroon ng pantay na relasyon, date abuse at iba pa
Tungkol sa sekswal Pagbubuntis, contraception, sexually transmitted diseases, sexual diversity	**Tungkol sa pag-iisip** Mental Healthcare, Depresyon at iba pa	**Tungkol sa pang-aabuso** Abusong sekswal, pambu-bully at iba pa
Tungkol sa alak at gamotl Gamot na mabibili sa botika, caffeine at iba pa	**Pinsala sa katawan** Hindi inaasahang aksidente, sugat, pinsala at iba pa	**Iba pa** Relasyon sa ibang tao, SNS at iba pa

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

TOKYO YOUTH HEALTHCARE

Maaari ring i-access gamit ang 2D barcode.▶

Protektado ka sa mga sakuna at handa nang humarap sa mga hamon sa abot ng makakaya

Paglikha ng kapaligiran na magpuprotekta sa mga bata mula sa mga aksidente

Ang aksidente ay nangyayari sa iba't ibang senaryo kasama ang paaralan maging sa labas
Sinisikap ng Tokyo Metropolitan Government na lumikha ng kapiligiran na malayo sa aksidente ang mga bata

▲Kaeru guro

Ano ang dapat gawin upang maiwasan ang aksidente?

Halimbawa, kapag nalalaro sa may ilog, ang simpleng "pagbabago" ng "pagsusuot" ng life jacket sa "hindi pagsusuot" ay makapipigil sa iyo na malunod.

Bagay na gustong mabago
Pagkalunod sa ilog

Bagay na hindi mababago
Anod at lalim ng ilog

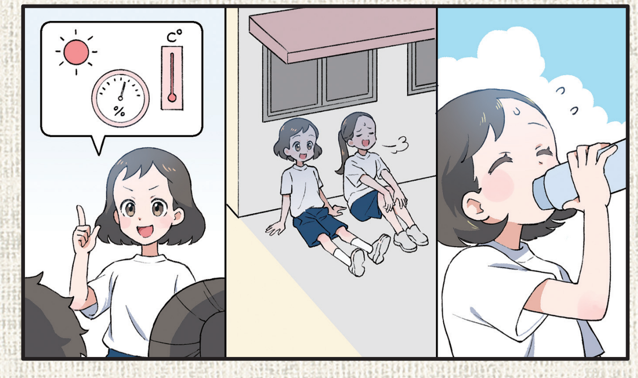
Bagay na mababago
- Pagsusuot ng lifejacket
- Pagsusuot ng Marine shoes
- Huwag pababayaan na mag-isang pumunta ang bata sa ilog

Ang mga aksidente ay mapipigilan sa pamamagitan ng "pagbabago" ng isang bagay, isipin natin ang mga "bagay na maaaring baguhin"

Case study Heatstroke — Ano kaya ang dapat na baguhin?

Isipin natin kung ano ang dapat gawin para hindi ma-heat stroke, at para hindi matumba

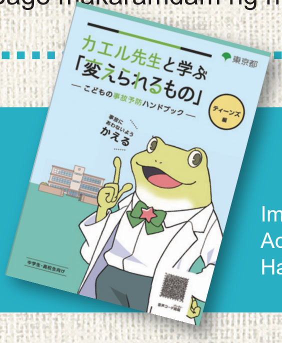
Baguhin natin mula rito



- Magsuot ng damit na maginhawa sa katawan
- Iwasan ang direktang sikat ng araw gamit ang isang sumbrero
- Alamin ang pinakahuling heat index
- Madalas na hydration at supply ng asin
- Huwag gumawa nang sobra

May ganito ring aksidente... "Indoor exercise"
Kahit ang mga pasilidad na nasa loob tulad ng gymnasium ay hindi ligtas. Kahit na hindi nasisikatan ng araw, maaaring magka-heat stroke dahil sa init at umido. Bago makaramdam ng hindi Maganda, pumunta sa isang malamig na lugar at magpahinga.

Sama-sama nating pag-isipan ang tungkol sa pagiwas sa aksidente



Imahe ng Children's Accident Prevention Handbook