

中学生版

第5期 青葉区地域福祉保健計画

# 青葉ががやく 生き生きプラン

計画期間：令和8年度～令和12年度



誰もが“お互いさま”と思えるまち青葉区



青葉区地域福祉保健計画策定・推進検討会 / 横浜市青葉区役所 /  
社会福祉法人 横浜市青葉区社会福祉協議会 / 青葉区内地域ケアプラザ



青葉かがやく生き生きプラン  
(青葉区地域福祉保健計画)って何？

みんなが安心して自分らしく健康に暮らせる地域を作っていくために、地域の困りごとの解決に取り組み、身近でお互いに助け合う仕組みづくりを進める計画だよ。



どうして計画が必要なの？

これから人口が減り、高齢者が増えると言われているんだ。さらに、一人暮らしの人の増加、考え方や生活スタイルの多様化によって「地域のつながりが弱くなっている」と感じている人が増えているよ。みんなが安心して暮らし続けるためには、一人ひとりが「つながり」を意識して、助け合う地域を作っていくことが大切なんだ。計画の取組を進めて、みんなが暮らしやすい地域にしよう！



## 計画のポイント

- ① 地域みんながつながり、助け合えるまちを作るための計画です。
- ② みんなが「こんなまちにしたい」という目標を共有し、一緒に行動するための道しるべです。
- ③ 地域に住んでいる人、働いている人、学校に通っている人など、地域と関わるすべての人に関係する計画です。



## 青葉区がめざす姿「誰もが“お互いさま”と思えるまち青葉区」

柱①

知る・理解する

柱②

つながる・支え合う

柱③

いきいき・活躍

この計画は「区計画」と「地区別計画」でできているよ。「区計画」は区全体の取組、「地区別計画」は区内15地区が特徴や強みを活かした取組をまとめているんだ。みんなの住む地区にもそれぞれの計画があるよ。

区計画

策定・推進  
の支援  
解決困難な  
地域課題

地区別計画



## 知る・理解する

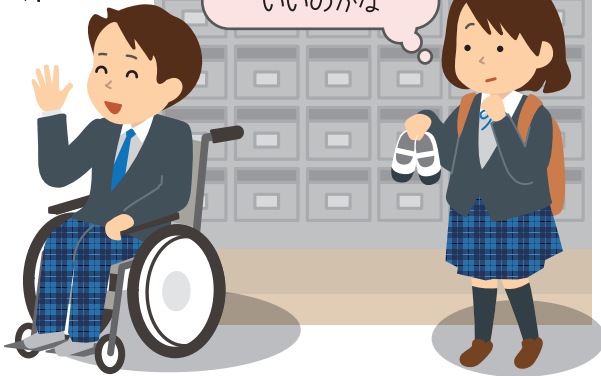


1

車椅子を利用しているAくん  
これまでAくんとほとんど話をしたことがないBさん  
打ち解ける機会があればいいのですが…

オハヨー

どんな風に接したら  
いいのかな



2

BさんはAくんのリュックに  
バスケットボールのキーホルダーが  
付いていることに気づきました

ねえねえ…

Aくんもバスケが好きなの？  
私も好きなんだ！

実は最近、  
車椅子バスケを  
始めたんだよ



3

バスケの話題をきっかけに仲良くなった2人  
今日はAくんの応援に来ました  
試合を楽しむAくんはとても輝いていました

車椅子バスケって  
カッコイイね！  
あんなにハードに  
動けるんだね！

車椅子でも  
出来ることは  
沢山あるんだよ  
でも、実は  
みんなに手伝っ  
てもらいたいこと  
もあるんだよ…



4

Bさんの手助けをしたい気持ち  
Aくんの手助けして欲しいこと  
お互いに伝えやすくなりました

私たちにできることなら  
手伝うよ！どんなことを  
手伝ったらいいの？

ありがとう  
助かるよ

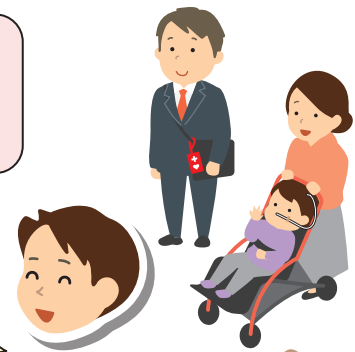
気軽に「手伝えることはある？」  
「どうやって手伝ったらいい？」  
って聞いてもらえると嬉しいな



5

相手のことを知って大切だね！  
Aくんと仲良くなれたし、車椅子バスケのこと  
も知れたし、あのとき声をかけてみて本当に良かった

地域には障害のある人や認知症の人など  
いろんな人がいるから、みんながお互いの  
ことをもっと知り合えるといいね！



地域には、様々な立場・状況の人がいて、困りごとを抱えていることもあります。  
互いの違いを知り、理解し合っていくことで、支え合いの輪が広がります。  
また、困りごとを相談できる施設などを普段から知っておくと、いざという時に役に立ちます。



## つながる・支え合う

1

マンションに小さな頃から住んでいるCさん  
通学途中に駅へ向かう人たちを見てふと思いました…

同じ地域に暮らしていても  
正直あんまり知らない人  
ばかりだな…



2

同じマンションに住むDさんは会うといつも明るく  
挨拶をしてくれます

あら  
Cちゃん!  
おはよう

おはよう  
ございます!



3

しかし、Dさんは最近なんだか元気がありません…

最近のDさん  
笑顔が曇ってるな…

あらCちゃん…

おはよう  
ございます



4

地域清掃に参加したCさんは  
思い切って大人に相談してみました

最近のDさん  
なんだか少し元気が  
ないみたいなんです

そうなのね…  
なるべく声を  
かけてみるわ

ちょっと  
気になってで…

地域ケアプラザの  
ことも教えてあげようか

それは心配  
だよな



5

しばらく経った地域清掃に久しぶりにDさんが笑顔で参加してくれました

おはよう

おはよう

おはよう  
ございます!

元気になって  
良かったー



時代の変化とともに、価値観や生活スタイルが変わり、地域のつながりが薄れてきていると言われています。しかし、隣近所が顔見知りであることで、困ったときに助け合うことができます。住民・学校・企業・行政など、みんなで協力し合い、見守りや支え合いの仕組みを作ることが暮らしの安心につながります。

# いきいき・活躍

1 もうすぐ夏休み…  
EくんとFくんは地域の張り紙に気づきました



2 小さな頃から毎年楽しみだった夏祭り  
今年の楽しみ方は少し違うようです…



3 2人は実行メンバーになりました!



4 2人は地域の方たちと協力して  
当日に向けた準備を頑張りました



5 夏まつりは多くの人に楽しんでもらい大成功!!  
2人にとって夏のいい思い出になりました



私たちの住む地域は、様々な人の思いや活動によって支えられています。世代や文化、障害の有無などを問わず、すべての人がそれぞれの強みを活かして地域で活躍することで、より良い地域になっていきます。また、多くの人が地域活動を分担して関わることで、活動を長く続けていくことができます。



青葉区  
マスコットキャラクター  
なしかちゃん



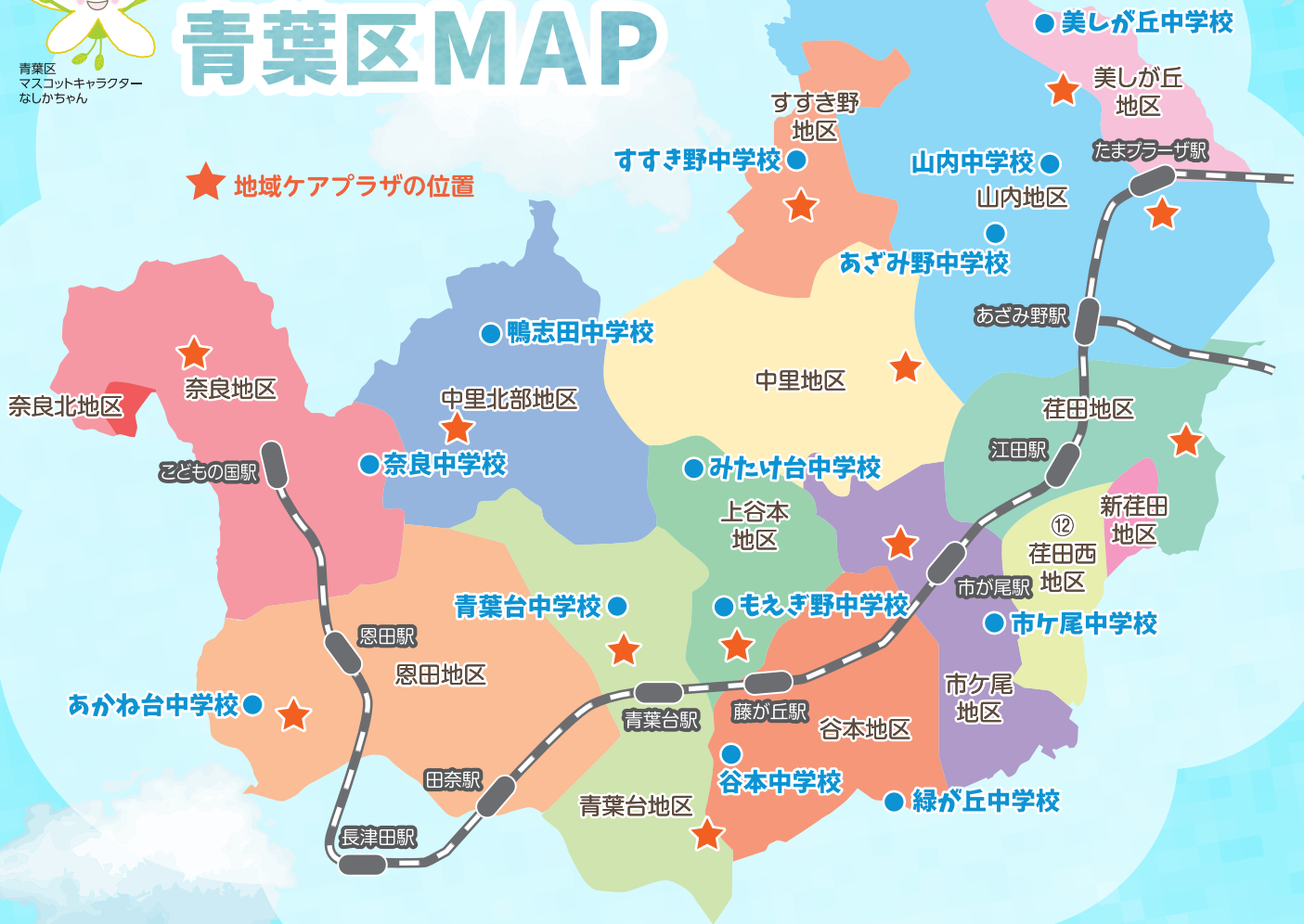
青葉区地域福祉保健計画  
マスコットキャラクター  
あおちゃん



青葉区社会福祉協議会  
マスコットキャラクター  
あおぼちゃん

# 青葉区MAP

★ 地域ケアプラザの位置



みんなが住んでいる地区では  
どんな計画が立てられているかな？

調べてみよう！



青葉区地域福祉保健計画  
各地区の地区別計画はこちら！



## 第5期青葉区地域福祉保健計画・青葉かがやく生き生きプラン 令和8年度発行



青葉区役所福祉保健課

〒225-0024 横浜市青葉区市ヶ尾町31-4

TEL 045-978-2436

FAX 045-978-2419



ほら、  
よこはまは  
あったかい

社会福祉法人  
横浜市青葉区社会福祉協議会

〒225-0024 横浜市青葉区市ヶ尾町1169-22

TEL 045-972-8836

FAX 045-972-7519

