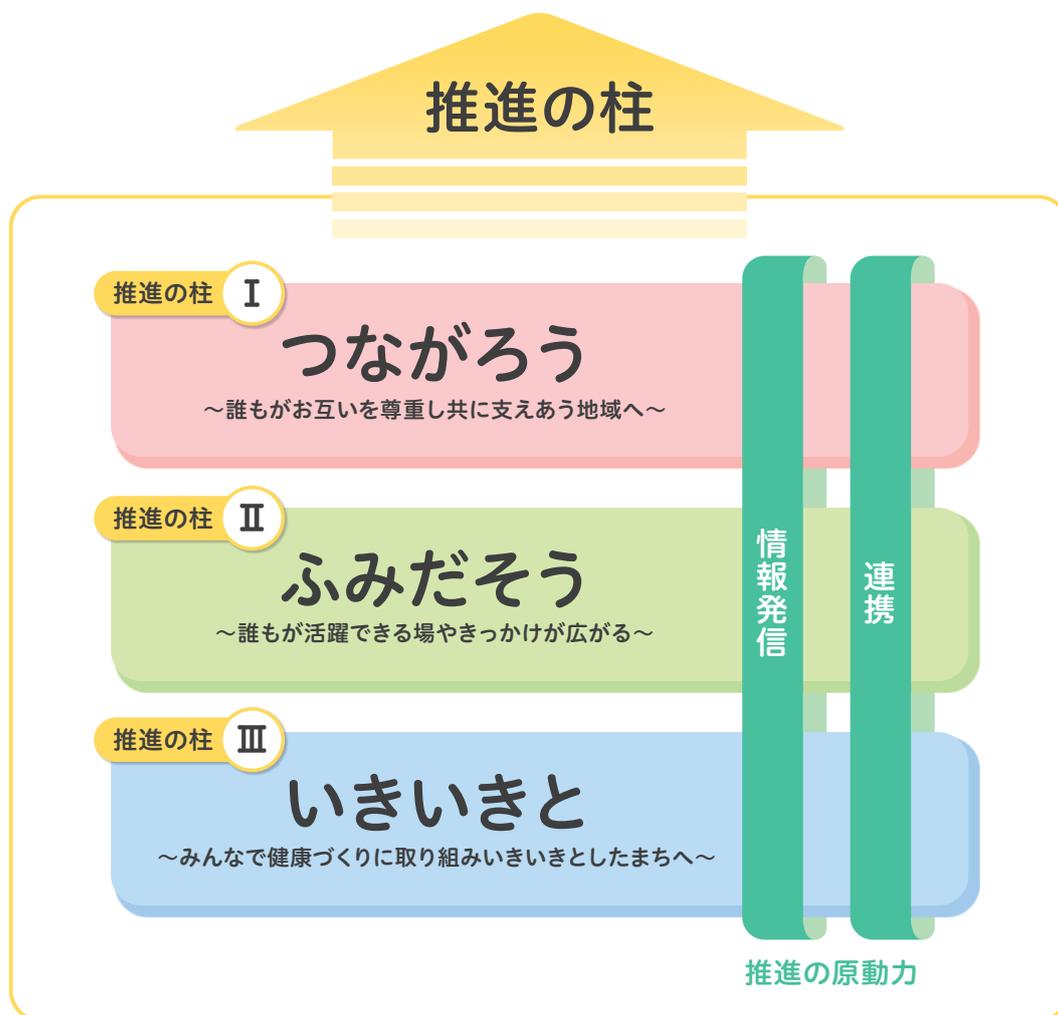


基本理念を達成するために、3つの推進の柱を設定しました。また、取組にあたっては、「情報発信」と「連携」を意識しながら進めていきます。

1 計画の全体像

基本理念

誰もが安心して健やかに住み続けられる 支えあいのまちづくり



次のページからは、推進の柱ごとに「こんな金沢区になったらいいな」という目指すまちの姿と、取組の例を紹介しています。

2 推進に向けた具体的な取組

推進の柱

I

つながろう

～誰もがお互いを尊重し共に支えあう地域へ～

こんな
金沢区に
なったらいいな

- 様々な人が交流できる機会が増え、近所でのあいさつや声かけによるつながりが広がっている
- あらゆる年齢、性別、障害、国籍等、様々な立場・背景のある人とつながりや交流を通じてお互いを知り、理解や認めあいが広がっている
- 日常生活の中でお互いを気かけあい、多様な見守りや支えあいの輪が広がっている

▶ 自分や家族で取り組めること

- 隣近所の人への「あいさつ」等を通して、顔見知りをつくる **取組 1**
- 身近な地域で行われている活動について知り、行事や活動に参加する
- 一人ひとりの違いや個性を理解して、お互いの存在を認めあう

▶ 地域で協力して取り組めること

- 誰もが参加しやすい行事や交流の場を開催する **取組 2**
- 困った時はお互い様の気持ちで、ちょっとした困りごとの手伝いをする
- ご近所同士でお互いを気かけあい、「様子が変わった」ことに気づいたら、身近な相談機関(71ページ参照)に相談する **取組 3**

▶ 区役所・区社協・地域ケアプラザの取組

- 様々な立場の人が理解しあい、認めあえる地域になるよう啓発や研修を行います
- 地域で活動する人々と、施設や企業等の連携による、身近な地域での見守りや助けあいの仕組みづくりを支援します **取組 3**
- 子どもの頃から地域に関心を持ち、参加できる機会を広げていきます **取組 4**
- 困りごとを抱えている人の相談を受け止め、相談の内容に応じて部署を超えて対応できるネットワークや支援体制を構築していきます **取組 5**

「あなた」に
できそうなことはあるかな？

できること
から大丈夫！



▶▶▶ 金沢区で始まっている取組を見てみよう！



取組

1

隣近所とのつながりづくり

いざという時に相談をしたり、助けあうためには、日頃からの隣近所の付き合いがとても大切です。

そのため、住民同士の顔見知りとなるきっかけや、つながりによる安心した地域づくりを目指して、あいさつ運動が行われています。

また、登下校時や通勤時等のあいさつ運動を推進している地区もあり、地域での見守りや連帯感にもつながっています。



▲ 釜利谷地区
あいさつ運動



▲ 金沢シーサイドタウン地区
挨拶運動



▲ 六浦東地区
もりのお茶の間

取組

2

多世代が交流できる場づくり

町内会館などの身近な場所で行われている子育て世代や高齢者等の対象者別のサロンのほかにも、誰もが参加できるサロン等も行われています。

また、夏祭りや運動会、ウォーキング等が区内の各地域で行われており、自治会対抗戦、事前申し込み不要のBBQ大会や餅つき大会、地域の子供たちによる演奏やダンス等の披露、障害のある人等が製作された製品の販売等、各地区が工夫をこらし、顔見知りから一歩進んだ交流のきっかけとなっています。

ほかにも常設の居場所を通じた交流(12ページ参照)や、多様な主体によるこども食堂・地域食堂など地域における居場所づくりが広がっています。



▲ 金沢地区 BBQ大会



▲ 富岡第一地区 餅つき大会



▲ 六浦西地区
フレンドまつり



▲ 六浦地区 じゃがいも掘り

取組

3

身近な地域における多様な見守り

子どもの登下校の安全の確保や孤立等を防ぐために、各地区で多様な見守りが行われています。

例えば、登下校の時間に合わせて洗濯物を干したり、庭や玄関周りを掃除しながらの見守りや、パトロールの腕章を付けて犬の散歩を行うなどの取組があります。

そのほかにも、民生委員・児童委員(69ページ参照)による一人暮らし高齢者の見守り訪問、新聞配達や郵送業等の訪問や外回りのある企業と連携した見守りも始まっています。



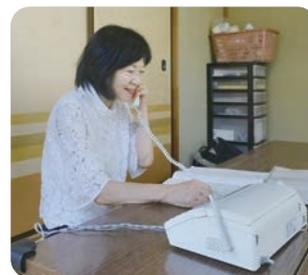
▲ 郵便バイク見守り中



▲ 郵便局の見守りステッカー



▲ 金沢地区 配食サービス



▲ 富岡第一地区 お元気ですかコール



▲ 民生委員による訪問の様子



▲ 富岡第二地区 小学生の通学支援

地域による皆さんの居場所「つながりステーション」

コミュニティサロンは、いつでも、誰でもふらっと立ち寄れる「地域による皆さんの居場所」です。

金沢区では、「ヨコハマ市民まち普請事業」や「空き家等を活用した『茶の間』支援事業」等で開設した11か所のサロンと区役所が協働契約を締結し、「つながりステーション」という連絡会を結成しています。

それぞれのサロンで、多くのボランティアにより、多世代が交流する食事会、子育て支援、認知症の人々の支援など地域活動を展開しています。

また、定期的に連絡会を開催してサロン間で情報交換し、持続可能なサロン運営を目指しているほか、いきいきフェスタに「つながりステーション」として出店し、区民への周知を図るとともに、サロン同士のつながりを強めています。



▲ 連絡会の様子



▲ いきいきフェスタでの事業PRの様子



▲ 各サロンを紹介したガイドブック「かな・サロ」

● 問合せ先「区民活動支援担当」72ページ参照

健やか子育て連絡会

平成17年に始まった、養育者・地域・関係機関・行政からつくる金沢区の子育て支援ネットワークです。連絡会では、「金沢区子育て支援の協働の指針」を策定し、それぞれの役割を確認しながら、顔の見える関係・連携を深め、子育ての課題を共有し、子育てしやすい地域づくりを進めています。

第5期金沢区子育て支援の協働の指針(令和8～12年)では、親子がほしい情報が見つかる発信の仕組みづくり、親子が出会える地域の居場所づくり、子育てを温かく見守る地域づくり、子育てを支える持続可能なネットワークづくりを進め、基本方針である「こどもの健やかな育ち・心地よい子育て」を支えています。

▶「第5期金沢区子育て支援の協働の指針(令和8～12年)」



▲ 情報発信：とことこ通信



▲ ネットワークづくり：地区別交流会



▲ 多世代交流



▲ 居場所：子育てサロン

● 問合せ先「こども家庭支援課」72ページ参照

取組

3

みんながつながる 憩いの場 ～移動販売～



▲ 東谷津のグランドマーケットの様子

近くに店舗がない、坂が多い等の理由で高齢になって買い物に困っているといった地域課題を解決するため、地域ケアプラザ、区社協、区役所と事業者による話し合いを経て、買い物支援として移動販売の取組が金沢区で広がっています。買い物が便利になっただけでなく、買い物場所が地域住民の交流や緩やかな見守りの場所にもなっていて、身近なコミュニティを育んでいます。

● 問合せ先「高齢者支援担当」72ページ参照

自立をサポートします



▲ 制度に関するリーフレット(左)と相談の様子(右)

「税金や保険料が払えない」「家賃が払えなくなりそう」「仕事がなかなか見つからない」「やりくりがうまくいかない」等の経済的な不安や心配を抱えている人はいませんか？

区役所には相談できる窓口があります。一人ひとりに寄り添い、一緒に考えながらサポートしています。生活にお困りの人がいらっしやいましたら、ご相談ください。

● 問合せ先「生活支援課」72ページ参照

取組

4

中学生向けワークシートで
地域を考える



▲ 地域活動者を招いてインタビュー（西柴中学校）

家庭科や総合学習等において、金沢ささえあいプランのワークシートを活用し、中学生が自分の住んでいる地域について学び、誰もが暮らしやすい地域にするために自分にできることを考える授業が行われています。授業後には地域への理解が深まりボランティアに参加した生徒もいます。



● 問合せ先「事業企画担当」72ページ参照

外国につながる人の支援
金沢国際交流ラウンジ



▲ 金沢ラウンジフェスティバル

区役所2階にある「金沢国際交流ラウンジ」では、外国籍及び外国につながる人々の日常生活の相談を受けているほか、大人・子ども向けに日本語学習教室を開催しています。

また、様々な国の人や文化を身近に感じてもらえるイベントも実施しています。年1回開催の「金沢ラウンジフェスティバル」は毎年大盛況です。

● 問合せ先「金沢国際交流ラウンジ」71ページ参照

取組

5

分野を超えた
多職種ネットワーク構築
区レベル地域ケア会議・
セーフティネット会議



▲ 区レベル地域ケア会議・セーフティネット会議の様子

いわゆる8050問題や生活困窮をはじめとした、複合・複雑化する課題が増加しています。そこで、「いわゆる8050問題だけではない複合・複雑化世帯の課題への対応について地域連携を含めて考える」をテーマに医師、看護師、地域包括支援センター、ハローワーク等の関係機関の支援者が集まり、意見交換を行いました。会議を通じ、分野を超えた多職種ネットワークを構築しています。

● 問合せ先 72ページ参照
地域ケア会議について「高齢者支援担当」
セーフティネット会議について「生活支援課」

地域と共に育み、みまもる
青少年地域活動拠点カナカツ



▲ 外観(左)とフロア案内(中央:1階、右:2階)

すずらん通り商店街にある「カナカツ」は、中高生世代が気軽に集い、仲間とゲームやおしゃべり、宿題をするなど、それぞれの過ごし方で楽しめる居場所です。中高生世代が中心となり、小学生や多世代で楽しめる交流イベントを企画・実施をしたり、地域の皆さんの協力を得てボランティアを通じた社会体験を行っています。また、思春期を迎えている青少年が、交流の中でスタッフに悩みごとを打ち明けたりすることができる場所にもなっています。

● 問合せ先「カナカツ」☎374-4035



障害の理解・普及啓発活動について

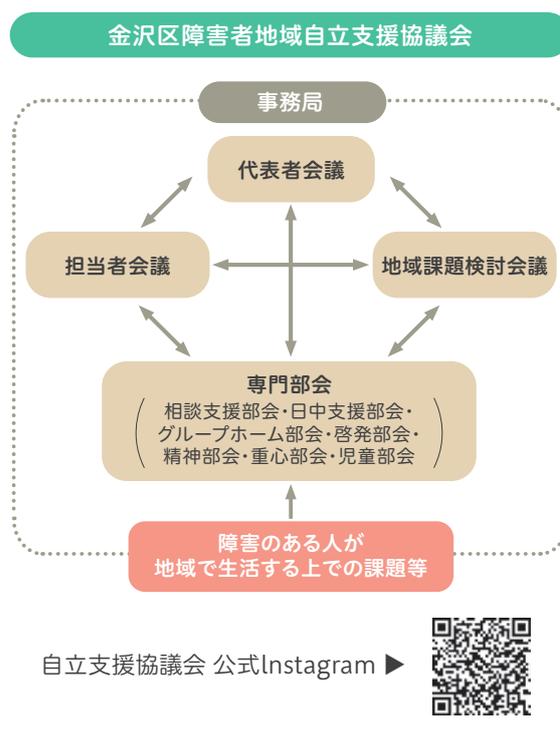
金沢区では、障害のある人が地域で安心して生活するために、相談支援、緊急時の対応、体験の機会、専門的な人材の確保、地域のつながりづくりを備えた地域生活支援拠点整備事業の推進に取り組んでいます。この事業を進めるために、福祉・医療・教育・就労・当事者・地域の人々など、様々な立場の人が集まる障害者地域自立支援協議会で、課題解決の方法やより良い連携体制について話しあいを重ねています。

また、啓発部会を中心に、障害への理解を広げる普及啓発活動にも力を入れています。

障害理解促進啓発動画、作品展示



▲ YouTube



● 問合せ先「障害者支援担当」72ページ参照

column コラム

歩みを止めずに ～誰もが地域で自分らしく暮らしたい～

区内の障害者手帳等所持者のデータ(64ページ参照)から、身体・知的・精神福祉に係る手帳を持っている人、自立支援医療を受給されている人が増加傾向にあることが分かります。そのほか、事故や病気さらには加齢に伴う機能の衰えなどから身体的な障害や、生活上の悩み事や親しい人との離別などから精神的な障害が生じることもあるなど、障害は身近であり自分自身にも関わりのある事と考えられます。

金沢区では、「障害者を取り巻く社会側に壁があることにより、日常生活や社会生活を送ることに支障がある」と捉える社会モデルの考えに基づき、社会の障害や障壁の解消に向けて取組を進めています。近年では、小柴自然公園にインクルーシブ遊具広場(障害の有無にかかわらず誰もが利用できることを目指した遊具広場)の開設や、学校での福祉教育実践などの取組が行われています。

障害のある人もない人も、誰もが認められ自分らしくいきいきと地域で暮らしたいという願いがあります。その実現に向けて、私たちは障害への理解を深めるとともに、一人ひとりが、できることを、できるときに、できる範囲で、日々積み上げていくことが大切です。

これまで大切にしてきた思いとともに、障害のある人、その家族、支援者、地域住民、区役所とが協力しあって、一緒に金沢区ならではの地域共生社会の実現を進めましょう。これまで続けてきた協働の歩みを止めずに進めていくことが求められている今、しっかりと取り組んでいきます。



▲ 講演会の様子



▲福祉教育の様子(西富岡小学校)



▲みんなのあそびば(小柴自然公園)

ふみだそう

～誰もが活躍できる場やきっかけが広がる～

こんな
金沢区に
なったらいいな

- 地域活動やボランティア活動に参加する人が増えている
- 個人・団体・地域が、お互いの立場や考え方、気持ちを理解しあうことで活動が広がっている
- 多くの人それぞれにできることに取り組み、活動を支援する仕組みを活用することで活動しやすい地域になっている

▶自分や家族で取り組めること

- 空いている時間を活用し、自分にできそうなことをやってみる **取組1**
- 知り合いに誘われたり、お願いをされたら、一緒に手伝いをする
- 活動に参加してみて良かったことや感想を、隣近所や親しい人に伝える

「あなた」に
できそうなことはあるかな？

.....

.....

.....

.....

.....

.....

▶地域で協力して取り組めること

- 自分達の活動や、活動することの楽しさについて積極的に発信する
- 新しく活動に参加された人を温かく受け入れる
- 参加者にも簡単な役割を担ってもらうなどの工夫をし、活動が一部の人たちの負担にならないように、役割分担を意識して進める **取組2**

ボランティアに限らず
趣味や特技も生かして
ふみだしてみよう！
きっかけは身近に
沢山あるよ！



▶区役所・区社協・地域ケアプラザの取組

- 得意なこと・興味があることをきっかけとした地域活動につながるための講座の開催やコーディネートを行います **取組1**
- 活動団体や担い手が、活動を継続できるように相談に応じるほか、助成金の交付や交流会の開催等の支援を行います **取組3**
- 広報紙やSNSを通じて活動の周知に取り組むと共に新たな担い手の発掘を進めます

▶▶▶ 金沢区で始まっている取組を見てみよう！



取組

1

多様な活動のきっかけづくり

地域ケアプラザでも、身近な地域活動をはじめるきっかけとなる各種講座やボランティアの募集が行われています。

また、活動の担い手不足が課題となっている中で、地域活動に参加された人に次の行事を手伝っていただくようお願いしたり、子育てサロンに来ていた子ども達が就学後にジュニアボランティアとして、子育てイベントを盛り上げてくれるなど、参加者から担い手につながる工夫が始まっています。



▲ 親子向け講座におけるボランティア
(富岡東地域ケアプラザ)



▲ 花植えボランティア「はまみらい」
(泥亀地域ケアプラザ)



▲ 釜利谷地区
ちよいボラによる地域支えあい運動



▲ 金沢南部地区
こどもボランティア

取組

2

みんなで役割分担

活動を楽しく続けるためには一部の人に負担が集中しないように、みんなで役割分担することが重要です。

空いている時間に無理なく活動ができるよう、時間や頻度をあらかじめ伝えた上でボランティアを募ったことで協力者が増えた地域もあります。

また、イベントの周知チラシの作成を絵が得意な中学生に依頼をする、広報についてはSNSを使い慣れている世代にお願いするといった役割分担が進められています。

そのほかにも、お祭り等で人手を要する調理を近隣の飲食店に依頼する、不足する神輿の担ぎ手を区内の大学生に依頼するといった工夫も広がりを見せています。



▲ 金沢中部地区
大学生の神輿の担ぎ手



▲ 金沢東部地区
ボランティアの発掘



▲ 六浦東地区 みどりアップ



▲ 能見台地区 一斉清掃



▲ 六浦地区 平潟湾クリーンアップ



地域の企業も活動を進めています！ ～Aozora Factoryの取組～

区内企業も地域の一員として、つながりづくりや街づくりを進めるための様々な取組を実施しています。

取組の一つであるAozora Factoryは、LINKAI横浜金沢(金沢臨海部産業団地)のものづくりを体験できる親子向けワークショップイベントです。

LINKAI横浜金沢をもっと盛り上げるために発足したNPO法人Aozora Factoryを中心に、産(企業)学(関東学院大学・横浜市立大学)官(金沢区)が力を合わせて開催しています。合言葉は「青空工場で会いましょう！」



▲ 運営に携わる企業・大学生



▲ イベントの様子

● 問合せ先「区政推進課」72ページ参照

金沢区民活動センター “ゆめかもん”



▲ “ゆめかもん”のスタッフ

金沢区民活動センター“ゆめかもん”は、区役所の2階にあります。

ゆめかもんは、自分の経験や特技を役立てたい、地域のために何かやりたい、という人々をサポートしています。また、自治会町内会等のイベント・講座の相談やコーディネートをお手伝いしています。

ゆめかもんへ、ぜひご相談ください。

● 問合せ先「ゆめかもん」71ページ参照



地域の公園を花と緑で彩ります 公園愛護会



▲ 活動の様子

公園の地元自治会等、地域の皆さんを中心にボランティア団体を結成し、地域の公園として愛着を持ち地域で公園を管理できるよう、主に清掃・除草・花壇のかん水・利用マナーの指導等を行う団体として、現在189団体あります。

性別・年代を問わず参加していただけます。興味があれば未経験でも構いませんので一緒に活動をしてみませんか。

● 問合せ先「土木事務所」72ページ参照



取組
3

大学と地域が連携した取組

金沢区では、関東学院大学、横浜市立大学と協定を締結し、大学の専門的な知識や学生の行動力、斬新で柔軟な発想を生かしたまちづくり「キャンパスタウン金沢」を進めています。

その取組の一つとして、地域の活性化や地域課題の解決を目的とした活動に「キャンパスタウン金沢サポート事業補助金」を交付しています。5月に募集を始め、6月の審査会で交付団体を決定し、3月に成果を発表する地域づくり金沢フォーラムを開催しています。



▲ 丸太イスづくり
ワークショップの様子



▲ 胸骨圧迫(心臓マッサージ)や
AEDの使い方を体験する参加者たち



▲ 地域づくり金沢フォーラム
2025の様子

● 問合せ先「地域力推進担当」72ページ参照

取組
3

ふみだそう、はじめの一步！ ～やりたい気持ちや地域デビューの応援をしています～

「地域活動に参加してみたいがどうしていいかわからない」「地域活動に参加するきっかけがない」といった声が多く聞かれます。区社協では、寄せられる相談内容にあわせて、一人ひとりの思いが具体的な活動に結び付けられるよう情報提供やコーディネートを行っています。

また、地域や関係機関と連携・協力しながら、様々な事業を実施し、場の提供や周知・啓発を通じて活動参加に向けた一歩を後押ししています。

【主な事業】ボランティアセンター、移動情報センター、福祉教育、地域デビューのための講座・研修の開催、金沢ふれあい助成金、食支援など



▲ ボランティアサロン



▲ 大学生向けボランティア実践講座



▲ 金沢ふれあい助成金冊子



何か始めてみたいと思った人は
こちらをチェック！



金沢区社協広報キャラクター
福にゃん

● 問合せ先「区社協」72ページ参照

column
コラム

地域の活動者に聞いてみました！

活動に参加したきっかけは？

- 近所の人に誘われたから
- 役員が順番で回って来たから

活動してみて良かったことは？

- 意外と楽しかった
- 友達や知りあいがあった
- 子ども達とのふれあいが嬉しい
- 自分の居場所ができた
- 健康的になり、病気をしなくなった

これから活動される人・悩んでいる人へのメッセージ

- 誘われたらまずは参加してみたい
- 楽しみながら参加したい、そして時間に余裕ができたならできることを少しで良いので手伝ってくれたら嬉しい



▲ 金沢南部地区 文庫小学校見守り隊



▲ 登校時の見守り

雨の日も
立っていてくれるので、
安心です。

毎日、
私たちのために
ありがとうございます！



▶▶▶ 上手く連携をするコツ

- 自分達の活動を発信しましょう
- 相手の活動を知りましょう
- 相手の考え方や活動を尊重しましょう
- できる限り、相手の活動と重ならない日を設定しましょう
- 一緒にできそうなことがあれば、まずは一歩踏み出してみましょう

誰もが利用できる活動・相談の場



地域ケアプラザってどんな所？

地域ケアプラザは、地域の誰もが利用できる横浜市独自の施設です。小さな子どもから高齢者まで、障害の有無に関わらず誰もが安心して暮らせるよう、身近な生活の相談窓口であるとともに、より良い地域づくりに向けた取組を行っています。また、福祉保健活動団体への部屋の貸出やボランティア活動の支援も行っています。



▲ 障害者余暇支援事業
(並木地域ケアプラザ)
「青年学級Hello!料理クラブ」



▲ セラピー犬とのふれあい
(釜利谷地域ケアプラザ)
「今日は犬の日」



▲ 誰もが楽しめる交流の場
(西金沢地域ケアプラザ)
「だれでもカレー・だれでもボッチャ」



▲ 肺活量の訓練や認知症予防
(富岡地域ケアプラザ)
「楽しい大人の鍵盤ハーモニカ」



▲ 地域の誰もが気軽に立ち寄れる場
(西柴地域ケアプラザ)
「みなと茶房」

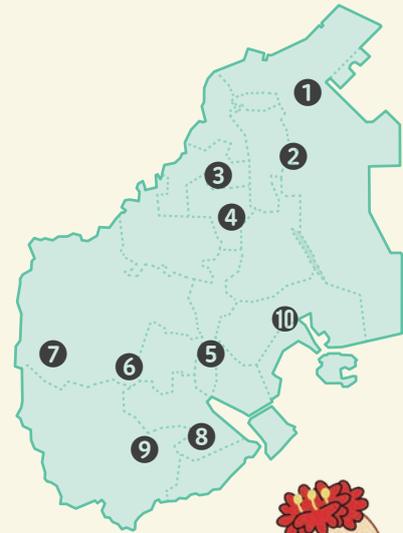


▲ 障害者余暇支援事業
(柳町地域ケアプラザ)
「おひさま広場」

金沢区内には、

①並木、②富岡東、③富岡、
④能見台、⑤泥亀、⑥釜利谷、
⑦西金沢、⑧柳町、⑨六浦、⑩西柴
の10か所の地域ケアプラザが
あります。

● 問合せ先「地域ケアプラザ」
72ページ参照



福祉保健活動拠点ってどんな所？

金沢区福祉保健活動拠点は、いきいきセンター金沢(住所：泥亀 1-21-5)にあり、区民の自主的な福祉活動、保健活動等のための場の提供及びボランティアの育成・相談・支援等を行っています。

多目的研修室、団体交流室、対面朗読室・編集室、点字製作室、録音室のほか地域ケアプラザとの共有スペースであるボランティアコーナー等があり、区内で福祉保健活動を行っている団体等が利用できます。

● 問合せ先
「区社協」72ページ参照



▲ 団体交流室



▲ 録音室

いきいきと

～みんなで健康づくりに取り組みいきいきとしたまちへ～

こんな
金沢区に
なったらいいな

- 様々な媒体や機会を通じて、健康づくりに役立つ情報が提供されている
- 誰もが自分らしい生活を送るために、自分ができることに取り組んでいる
- 身近な地域の中で、つながりを通じた健康づくりの場や機会が充実している

▶自分や家族で取り組めること

- 定期的な外出や、他者との交流の機会を持つ
- 自分や家族の健康に関心を持ち、定期的な健診の受診、運動や食生活の維持・改善などの健康づくりに取り組む
- 相談先を把握し、困った時は一人で悩まずに身近な人や相談機関に相談する(相談先は71ページ参照)

取組 1

「あなた」に
できそうなことはあるかな？

.....

.....

.....

.....

.....

.....

▶地域で協力して取り組めること

- 身近な場所で行われているサロン等に、簡単な体操やストレッチなど健康づくりの要素を加える
- 交流を通して、みんなで楽しめる健康づくりの機会を設ける
- グループで活動する際は、一部の人に負担が偏らないように、役割分担を進める

取組 2

楽しむこと、
続けやすいことが
大切だね！



▶区役所・区社協・地域ケアプラザの取組

- 地域の活動団体や担い手と連携して、身近な地域での健康づくり活動を広げます
- 地域の健康づくり活動が継続できるよう、運営の後方支援を行います
- 認知症等になっても、その人らしい生活が送れるように、理解促進と普及啓発に取り組みます

取組 4

▶▶▶ 金沢区で始まっている取組を見てみよう！



取組

1

身近な場所での健康づくり

地域の公園や町内会館等でラジオ体操や健康体操、グラウンドゴルフ等の取組が行われていますが、身近な場所での活動が継続の秘訣となっています。

また、金沢区の豊かな自然を生かしたウォーキング大会や、芋掘り・みかん狩りも行われており、金沢区の新たな魅力や素敵な場所を発見する機会にもなっています。



▲ 富岡第三地区 ラジオ体操



▲ 富岡第二地区 かもめ体操

取組

2

交流を通してみんなで健康づくり

世代を超えて、みんなで楽しめるスポーツが区内でも広まってきています。

特に「ボッチャ」は、子どもから高齢者まで、誰もが気軽に楽しめるスポーツとして、地区内のサロンやイベント時にも体験や練習を行う機会が増えています。また、日頃の練習の成果を発揮する機会として、大会が開催されている地区もあり、応援にも熱が入り、盛り上がりを見せています。

そのほか、スポーツを通じた障害のあるこどもの交流事業も始まっています。



▲ 金沢シーサイドタウン地区
楽しいスポーツ



▲ 金沢中部地区
ボッチャ大会に向けた練習風景



▲ 六浦西地区 ウォークラリー

取組
3

身近な地域で、 私たちと一緒に健康づくりに取り組みましょう！

保健活動推進員(69ページ参照)や食生活等改善推進員(ヘルスマイト)(69ページ参照)と協働して、地域の身近な場所で様々な健康づくりに取り組んでいます。健康チェックやイベント等をきっかけに運動や食育啓発、特定健診・がん検診の普及など、情報を発信し、生活習慣病予防につながる取組を推進しています。



▲ 保健活動推進員による健康チェック



▲ ヘルスマイトによる育ち学びの世代への食育啓発

● 問合せ先「健康づくり係」72ページ参照

取組
3

誰もがいきいき!! 地域で健康づくり

身近な福祉保健の拠点である区内10か所の地域ケアプラザでは、ダンスやウォーキング、ボッチャ、ストレッチやヨガ等を取り入れたあらゆる世代を対象とした健康づくりのための講座等が開催され、外出の機会や交流のきっかけにもなっています。また、ケアプラザが地域のサロン等に出向いた健康づくり講座も行われています。



▲ 男性限定ストレッチ&トレーニング教室(能見台地域ケアプラザ)



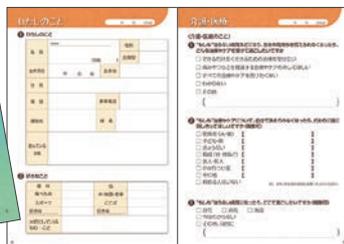
▲ 子連れYOGA(六浦地域ケアプラザ)

● 問合せ先「事業企画担当」72ページ参照

あなたの気持ちを残しておきましょう



▲ エンディングノート



介護や医療が必要になっても自分らしい生活を実現するために、あらかじめ準備し、行動することが大切です。金沢区では、これまでの人生を振り返り、これからの人生を自分がどう生きたいかを考え、家族や大切な人と共有するきっかけとなるように、エンディングノート「これから」を発行しています。

あわせて、成年後見制度(認知症等により意思決定に支障のある人の権利や財産を守り、ご本人が住み慣れた地域で安心して生活を続けられるように支援する制度)の周知や利用促進の取組を行っています。

● 問合せ先「高齢者支援担当」72ページ参照



▲ エンディングノート普及啓発講演会

～認知症の本人とともに暮らしやすいまちをつくろう～ チームオレンジ

「チームオレンジ」とは、認知症の人が自分らしく過ごせる地域づくりを進める取組です。令和7年度から市内全地域ケアプラザで、認知症の人及び家族の困りごとや希望に沿って、認知症の人や家族、地域の住民、地域の関係機関などがチームを組んで、様々な活動に取り組んでいます。

チームオレンジが実現するとこんな街！



出典：横浜市チームオレンジリーフレット(発行：横浜市健康福祉局高齢在宅支援課)

金沢区の取組

金沢区では、「認知症になってもその人らしく生活できる」ことを目標に取組を進めています。地域ケアプラザでは、認知症サポーター養成講座や、誰でも気軽に集まれる認知症カフェ、「みんなで話す認知症」をテーマとしたシンポジウム等を行っています。認知症の本人からの発信の機会が増えるような取組も進めています。

● 問合せ先「高齢者支援担当」72ページ参照

区内の団体と連携した生涯にわたる健康づくり

10～11月を健康づくり月間として、健康寿命の延伸を目標に、区医師会や歯科医師会、薬剤師会と連携し、相談や医療講演会を開催しています。いきいきフェスタでは、区内の健康づくりに関連する団体と共に健康づくり月間のブースを出展し、区民の皆さんに広く健康に関する取組を知っていただくための啓発を行っています。

また、医療と介護の両方を必要とする状態の高齢者が、住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けることができるよう医療・介護の関係団体が連携し、多職種協働により在宅医療・介護を一体的に提供できる体制の構築に取り組んでいます。常日頃から薬剤師会やケアマネ倶楽部等の関係団体が、職域を超えた研修会等を通じスキルアップにつとめており、区民の皆さんが自分らしい生活を送るための下支えをしています。



▲ 三師会による医療講演会



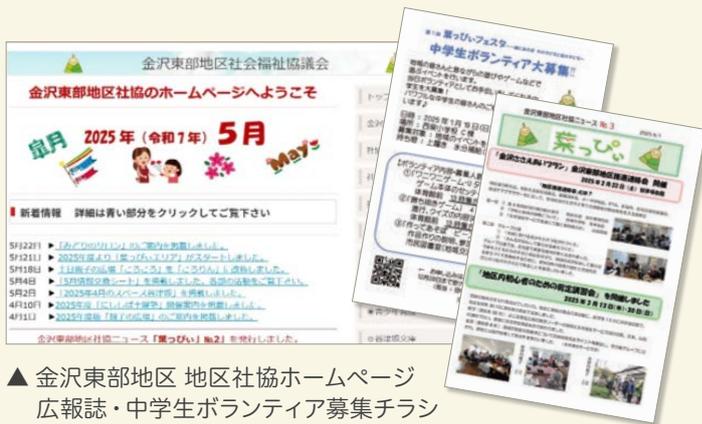
▲ ACP(人生会議)研修の様子

● 問合せ先 健康づくり月間について「健康づくり係」72ページ参照
医療・介護連携について「高齢者支援担当」72ページ参照

情報をどう届ける!?

令和5年度に実施した金沢区区民意識調査では、情報については「広報よこはま」や回覧板等の紙媒体から収集している人が多いことがわかりました。一方、SNSの普及によりターゲット層に応じた情報発信も進んでいます。また、ICT(情報通信技術:Information and Communication Technology)の略で、情報を収集、処理、保存、伝送するための技術の総称)を活用することで、自治会町内会の負担軽減の取組も進められています。

様々な広報媒体の充実



▲ 金沢東部地区 地区社協ホームページ
広報誌・中学生ボランティア募集チラシ



自治会町内会の
掲示板や近所の人
からの口コミで、
情報を得られるね。

▲ 自治会町内会の掲示板



▲ 能見台地区
広報誌・
各種イベントちらし

二次元コードで
ウェブからイベント申込や
ボランティア応募ができるね。



▲ 富岡第三地区
富岡北部町内会ホームページ

SNSを
活用した
情報発信



▲ 金沢シーサイドタウン地区 公式 X



▲ 能見台地区 公式 Instagram



紙媒体とデジタル媒体を
組み合わせて
広報しているよ。
SNSは多くの人に情報が
タイムリーに届くね。

