

第1章 計画の概要

1 地域福祉保健計画とは

地域福祉保健計画は、誰もが身近な地域で安心して暮らせるまちをつくるため、地域の福祉保健を推進するための基本理念や課題を明らかにし、課題解決に向け、市民・事業者・行政が協働で取り組む計画で、社会福祉法第107条に基づきます。

横浜市には、市全体の計画である市地域福祉保健計画（以下「市計画」という。）と、区ごとに策定する区地域福祉保健計画（以下「区計画」という。）があります。また、地域福祉の推進を目指し、地域住民・福祉保健等の関係団体や事業者等が地域で主体的に進めていく計画として、社会福祉協議会が策定する地域福祉活動計画もあります。

それぞれの計画は相互に補完し、連携し、役割分担をしていくものであることから、横浜市では、地域にわかりやすい計画となるよう策定のプロセスを共有し、整合性のとれた1つの計画として一体的に策定しています。これにより、行政や市民、地域福祉活動団体、ボランティア、事業所などの地域にかかわる方々にとって、より協働しやすく、より実効性のある計画となることを目指しています。

2 緑区の計画策定状況

(1) 第1期計画（平成18～22年度）

緑区では、平成16年度策定の「市計画」を受け、「みどりのわ・ささえ愛プラン」第1期計画を平成18年1月に策定しました。

策定にあたっては、区内11連合自治会単位で地区別意見交換会を3回ずつ開催しました。また、分野別団体別インタビュー、区民アンケートを実施し、そこで出されたさまざまな意見を、「つながり」「人材・担い手」「機会・場」「情報」「安心・安全・健康」の5つのキーワードに分類し、各団体の代表者や公募委員、学識経験者で構成する策定委員会で検討を進めました。

そして、計画の基本理念と、上記のキーワードを核とした5つの基本目標などを設定しました。



●第1期計画の基本理念と基本目標

基本理念 誰もが安心して暮らし続けられる緑区をめざして

～一人ひとりが主役・共に支えあうまちづくり～

基本目標1 地域での「つながり」を大切にするまちづくり（キーワード：つながり）

基本目標2 「一人ひとりの力」が発揮できるまちづくり（キーワード：人材・担い手）

基本目標3 みんなが活動できる「機会・場」のあるまちづくり（キーワード：機会・場）

基本目標4 必要な「情報」が入手しやすいまちづくり（キーワード：情報）

基本目標5 「安心・安全・健康」のまちづくり（キーワード：安心・安全・健康）

(2) 第1期計画の振り返り・評価

第2期計画の策定に向け、まず、第1期計画の評価を行い、地域の取組状況について、「緑区地域福祉保健推進会議」や「みどりのわ・ささえ愛プラン推進策定委員会」等で定期的に振り返りを行いました。

(3) 第2期計画（平成23～27年度）の策定

第1期計画の振り返り・評価を踏まえ、第2期計画の策定にあたっては、区内11地区の実状や地域の特色を活かし、区民と協働で策定した「地区別計画」と、区役所・区社会福祉協議会（以下「区社協」という。）・地域ケアプラザが地域と協働し緑区全体で取り組む「区計画」とで構成することとしました。

そして、平成23年3月、地域の多くの方々がかかわって策定された「地区別計画」と、第1期計画の基本的な考え方を継承した「区計画」とで構成する、第2期計画（平成23～27年度）を策定しました。

日常生活に連動した課題などに対する地域の取組をまとめた「地区別計画」と、地域を越える課題や近隣では対応しにくい課題、区全体を対象とした課題、地域の取組を支援する計画などをまとめた「区計画」とが、互いに連動することでより有効な計画となっています。

① 地区別計画策定の経過

■地区別計画策定委員会の立ち上げ・委員会の開催

「地区別計画」を区内11 連合自治会・地区社会福祉協議会（以下「地区社協」という。）を単位として策定するため、地区別計画の策定等を中心となって進める「推進母体」としての役割をもつ「地区別計画策定委員会」を、各連合自治会を中心に順次立ち上げました。委員会は、連合自治会、地区社協、民生委員・児童委員、保健活動推進員、地域の活動団体の代表者などの方々で構成されました。

各地区においては、平成22年1月から10月にかけて、それぞれ3回程度、委員会を開催し、地域における各種取組の現状や課題について話し合い、地域課題の解決のための具体的な取組を検討しました。延べ450人の方々が参加して、区内11地区で延べ32回の委員会を開催し、検討を重ねました。

■地区別計画策定連絡会の開催

地区別計画策定に向けた委員会の開催主旨や、今後のスケジュールの説明、各地区の取組内容などの情報交換などを行うことを目的に、地区別計画策定委員会の連絡担当者、地区支援チームのチームリーダーなどが参加する「地区別計画策定連絡会」を計4回開催しました。

■地区支援チームの立ち上げ

区役所の運営責任職、保健師や社会福祉職、区社協職員、地域ケアプラザの所長、地域活動交流事業コーディネーター、地域包括支援センター職員（社会福祉士、主任ケアマネジャー、保健師等）で構成される「地区支援チーム」を地区ごとに立ち上げました。

地区支援チームは、地区別計画策定に向けた取組において、地域の方々と協働して作業を行うなど、「地区別計画策定委員会」への支援を行ったほか、計画策定を通じて地域の方々との連携をより深め、情報交換や課題の共有など計画推進の土台を構築しました。

■みどりのわ・ささえ愛プラン推進策定委員会からの提言等

「みどりのわ・ささえ愛プラン推進策定委員会」では、「地区別計画策定委員会」の検討状況の報告を受け、地区別計画の策定に向けた提言や進ちょく管理を行いました。

② 区計画策定の経過

第2期となる区計画の策定にあたっては学識経験者や自治会、地区社協などの方々で構成される「みどりのわ・ささえ愛プラン推進策定委員会」を開催し、検討を行いました。

■基本目標の継承・「目指す姿」の表現

第1期計画の振り返り評価を踏まえ、第1期計画での「基本目標」は、一つ一つの地域課題を解決しながら緑区が目指していく方向性を示したものであることから、今回の計画においても継承することとし、さらに基本理念や基本目標の再定義、「目指す姿」を追加することとしました。

3 第2期計画の内容と特徴



基本理念



『誰もが安心して暮らし続けられる 緑区をめざして』
 ～一人ひとりが主役・共に支えあうつながりのあるまちづくり～



(1) 地区別計画

●「地区別計画」の特徴

平成22年1月から10月にかけて、区内の11 連合自治会・地区社協単位で「地区別計画策定委員会」を、延べ32 回開催し、各地区の特徴を活かした緑区で初めてとなる「地区別計画」を策定しました。

委員会を構成したのは、各地区の自治会や地区社協の関係者をはじめ、民生委員・児童委員、保健活動推進員、地域の活動団体の代表者等、延べ450 人の方々です。

「地区別計画」は、平成23 年度からの5か年間に行う、それぞれの地区の特徴をふまえた各種の目標と、地域課題の解決のための具体的な取組をまとめています。

11の地区別計画





11 地区の地区別計画とキーワード

東本郷	<ul style="list-style-type: none"> ● 地域の人達がつながり、支え合い、一緒につどい楽しみを共有できるまち ● 色々な世代の人が地域活動やボランティアに参加しているまち ● 必要な人に適切な情報が届けられるまち ● 身近な所で健康づくりができ、いつまでも健康に過ごすことができるまち ● 地域全体で防犯・防災に向け取り組み、安全・安心に暮らせるまち 	つながり 人材・担い手 情報 安全・安心・健康
鴨居	<ul style="list-style-type: none"> ● 『安全・安心・健康』のまちづくりのために ● 地域での『つながり』を大切にし、地域における後継者を育成するために 	安全・安心・健康 人材・担い手 つながり
竹山	<ul style="list-style-type: none"> ● ボランティア参加等の仕組みを整えます ● 世代間・活動団体間の交流を進めます ● 知りたい情報を知らせる工夫に取り組みます 	つながり 情報
白山	<ul style="list-style-type: none"> ● 「おたがいさまカード」「ささえあいカード」の充実・活用 ● 利用しやすい・参加しやすい仕組み ● 地域でのふれあい・交流 	安全・安心・健康 機会・場 つながり
新治中部	<ul style="list-style-type: none"> ● 防犯・防災に強い、安心できるまちにしたい ● 次世代につながるまちにしたい 	安全・安心・健康 人材・担い手
三保	<ul style="list-style-type: none"> ● 地域でのつながりを大切にしたい ● 落ち着いて活動できる活動拠点を増やしたい ● イベント情報等を地域で共有したい 	つながり 機会・場 情報
山下	<ul style="list-style-type: none"> ● 地域での「つながり」を大切にするまちづくり ● 必要な「情報」が入手しやすいまちづくり ● 「防犯・防災」で安心・安全なまちづくり 	つながり 情報 安全・安心・健康
新治西部	<ul style="list-style-type: none"> ● 地域の中での孤立化をなくしみんなの顔の見える環境を目指します ● 地域情報をより多くの人に届けるため自治会加入を促進します 	つながり 情報
十日市場団地	<ul style="list-style-type: none"> ● 十日市場団地が団結して、地域の「つながり」を作っていこう 	つながり
霧が丘	<ul style="list-style-type: none"> ● 現在の取組の継続、必要な見直しを行い、よりよいものに発展させます ● 広報の発行等による情報発信で地域活動を周知し、参加者や担い手を増やします ● みどりのわ・ささえ愛プランを周知し、プランと霧が丘の取組の関係について情報を発信します 	機会・場 人材・担い手 情報
長津田	<ul style="list-style-type: none"> ● 自治会の活動をわかりやすく伝えます ● あいさつできる地域づくりを進めていきます ● 認知症の人や家族が暮らしやすい地域づくりをすすめます ● 「防災ささえあいカード」の活用を検討していきます ● 世代を越えた交流をはかり、ボランティアを育成します 	情報 つながり 安全・安心・健康 人材・担い手

第1章 計画の概要

(2) 区計画

●「区計画」の特徴

地区を越えた、区域で取り組む目標として、第1期計画で定めた5つの基本目標を継承し、新たに緑区の「目指す姿」を設定しました。また、これらの「目指す姿」を実現するための「キーワード」を抽出し、地域や区役所、区社協及び地域ケアプラザが目標実現に向けて行う各種事業・取組に対する方向性を提示しています。

区域での地域課題の解決に向け、区役所、区社協及び地域ケアプラザは地域と共に、さまざまな取組を行います。

基本目標

1

地域での
「つながり」のあるまちづくり

キーワード…つながり

目指す姿

身近な住民同士が積極的にあいさつや声かけを行ったり、地域の行事や活動に参加することにより、子どもから大人まで地域の誰もが顔見知りとなる関係づくりを進め、つながりを持った支えあえる地域を目指します。

基本目標

2

「一人ひとりの力」が
発揮できるまちづくり

キーワード…人材・担い手

目指す姿

ライフスタイルに合わせ、気軽に地域と関わることができる仕組みと、ボランティア活動が円滑に行えるネットワークづくりや人材育成を進め、身近で支えあえる地域を目指します。

基本目標

3

みんなが活動できる
「機会・場」のあるまちづくり

キーワード…機会・場

目指す姿

多様な場を有効活用し、身近な地域でさまざまな人たちが気軽に集い、活動できる「機会」や「場づくり」を推進し、つながりのある地域を目指します。

基本目標

4

必要な「情報」が
入手しやすいまちづくり

キーワード…情報

目指す姿

ニーズに応じた相談先や福祉保健に関するさまざまな情報を発信・周知するとともに、生活課題の解決に向けた情報共有を進め、誰もが手軽に必要な情報を得られ、活用できる地域を目指します。

基本目標

5

「安全・安心・健康」のまちづくり

キーワード…安全・安心・健康

目指す姿

地域を主体とした防災・防犯活動や、心身共に健康で快適な生活を送るための取組を進め、誰もが安全・安心に暮らせ、いつまでもいきいきと活動や外出ができる地域を目指します。

●「地区別計画」と「区計画」

「地区別計画」は地区の特徴をふまえた各種の目標で、「区計画」は地区を越えた、区域で取り組む目標です。

「地区別計画」と「区計画」が共通点を多く持ち、つながり合うことで、地域・区域での課題の解決に向け、地域、区役所、区社協及び地域ケアプラザが連携し、さまざまな取組を行うことを目指しています。

4 第2期計画の推進について

(1) 第2期計画（平成23～27年度）の推進

第2期計画は、地域の方々を中心に、関係機関が協働で推進します。

「地区別計画」の推進については、各地区に「地区別計画推進委員会」を立ち上げ、課題解決に向けた取組を行います。そして、地域住民が主体となって推進していただけるよう「地区支援チーム」が支援を行います。

区計画の推進については、第1期計画に引き続き、「みどりのわ・ささえ愛プラン推進委員会」（旧：みどりのわ・ささえ愛プラン推進策定委員会）が地区別計画を含めた第2期計画での取組状況の把握等を行います。

また、地区別計画の推進に対しても提言等を行います。



(2) 平成24年度の推進スケジュール

平成24年度は、地区別計画の推進を中心に、次のとおり、各種の取組を実施しました。

		H16	H17	H18	H19	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27		
第1期計画（18～22年度）		策定		第1期計画					策定						
第2期計画（23～27年度）									第2期計画						
		23年度		24年度									25年度		
		24年 2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	25年 1月	2月	3月
全体スケジュール		活動発表会 2/22	報告書の発行	地区別計画 区計画 } 推進									2/19 活動発表会	報告書の発行	
区計画	みどりのわ・ささえ愛プラン推進委員会		開催② 3/29					開催① 8/24							開催② 3/25
地区別計画	地区別計画推進委員会連絡会 (11地区で構成)			連絡会① 4/26						連絡会② 10/4					
	地区別計画推進委員会 (11地区別開催)				地区別開催 (第1回)		通信①発行	各地区の実情に応じた地区別開催			地区別開催 (振り返り)			通信発行 (振り返り)	
	地区支援チーム			チームリーダー会議① 4/10						チームリーダー会議② 10/3					

(3) 平成24年度の新たな取組「地区別計画推進費」の活用

各地区で取組を進めていく中で、『地区別計画推進のための活動経費が必要』という声が多く寄せられました。そこで、平成24年度は地区別計画のさらなる推進のため、地域が主体的に行う地区の課題解決に向けた活動等を支援するための「地区別計画推進費」を地区毎に確保し、地区別計画推進委員会において具体的な取組内容を検討し、活用できるようにしました。

第1章 計画の概要

(4) 平成24年度の広報等の取組について

平成24年度は、区民の方々に計画の推進状況や各地区の取組を知っていただけるよう、広報よこはま緑区版「みどり」への特集の掲載、地区別計画推進委員会通信の発行・回覧等、啓発パネルの作成・掲示などによるPR活動に取り組みました。

<広報みどり1月号>

●広報よこはま緑区版「みどり」特集（平成25年1月号）

第2期緑区地域福祉保健計画 みどりのわ・ささえ愛プランが進行中！

【構成】・地域の取り組み

・区全体での取り組み



●「地区別計画推進委員会通信」の発行

地区別計画推進委員会で作されたさまざまな意見や、課題の検討状況、地区での取組状況を地域の方々に知っていただくために作成しました。

通信には今後の取組の方向性なども示し、多くの方に読んでいただけるよう、地域での回覧や配布などを行いました。

<地区別計画推進委員会通信>



●地区別計画推進状況「パネル」の作成・展示

各地区の地区別計画の取組の様子を地域の方々に知っていただくため、「パネル」を作成しました。平成25年2月に行われた社会福祉大会において「のぼり旗」とともに展示し、多くの方に地区の取組について知っていただくきっかけとなりました。

各地区のパネルは、地域ケアプラザなどに継続して展示されています。より多くの方に、地域福祉保健計画や地域の取組に理解を深めていただくのに役立っています。



<平成25年2月19日(火)
社会福祉大会でのパネル展示の様子>

<のぼり旗>

(5) 計画推進の要「地域ケアプラザ・地域包括支援センター」

地域ケアプラザ・地域包括支援センターは、誰もが住み慣れたまちで、安心して暮らせる地域をつくっていくための拠点として、地域の福祉・保健活動を支援し、福祉・保健サービス等を身近な場所で総合的に提供しています。第2期計画においては、「地区支援チーム」の一員として、「地区別計画」の推進を支援するとともに、「区計画」においても地域・区役所・区社協と協働で取り組むなど、計画を推進する上で、非常に大きな役割が期待されています。

各地域ケアプラザ・地域包括支援センターの紹介や主な取組について、次ページ以降で紹介します。

●東本郷地域ケアプラザ

東本郷地区は、老人クラブやミニデイをはじめ、地域活動が非常に活発な地域です。また、昨年度から「0歳から100歳までの人のつながり」をテーマにあらゆる世代の人たちが交流できる場として、「郷（ふるさと）まつり」を開催するなど、住民同士の絆を大切にする素敵な地域でもあります。

東本郷地域ケアプラザは、地域の関連団体と連携し、地域課題の解決に向けた地域支援や地域ニーズを反映させた事業を展開しています。

地域活動交流

地域活動の相談・情報提供の窓口です。

- ・ボランティア活動をしてみたい
- ・地域のサークルや趣味活動を知りたい
- ・子どものことで相談したい
- ・障がい者の活動の場や地域の情報を知りたい
- ・ケアプラザの部屋を借りたい

～ちよいボラギャラリー（ケアプラザ内）～

ちよいボラ（中学生ボランティア）の皆様が、季節ごとに彩り豊かな作品で飾られています。



お気軽に、ご相談・お問い合わせください！



保健師

社会福祉士

主任
ケアマネジャー

地域包括支援センター

- ・地域の介護予防と健康づくりをサポートします
介護予防講座の開催や、地域に出向いた健康講座などを実施します。
- ・高齢者の生活(権利)を守ります
権利擁護や成年後見の相談ができます。介護者のつどいなどを定期的で開催しています。
- ・地域の身近な相談窓口です
介護保険の申請の手続きなど、介護保険についての相談やご相談者の生活に必要なサービス情報を提供します。

高齢者の皆様が住み慣れた地域で安心して暮らしていくための支援をしています。

平成24年度の取り組みの一部を紹介します！

ちよいボラサポーターズCLUB（東本郷地区の取り組み）

～地域の若いチカラを応援しています！～

地域には、「ちょっと手伝ってほしい！」という「ちよいボラ」がたくさんあります。そこで近隣の地域ケアプラザとも連携し、中学生を対象に放課後や休みの空いた時間でできる活動を紹介しています。

学校での学習にはない「知識」や「体験」を通じて、地域のボランティア活動を知る機会や、地域の世代間交流を図るとともに、相互に支えあうことの大切さを学んでもらい、地域の新しい担い手となる土台づくりを目指しています。

また、参加した生徒自身が、他者への関心を高め、自主的な活動を通して達成感や、地域の一員として期待されているという喜び・役割を感じ取れるきっかけの場を提供したいと考えています。



「ひがほん 郷まつり」でも大活躍

●鴨居地域ケアプラザ

案内図 P95

鴨居地域ケアプラザは3つの地区を担当しています。まず「鴨居地区」は鴨居駅を中心とした商業地と丘陵状の住宅地、「竹山地区」は竹山団地を中心とした住宅地、「白山地区」は幹線道路沿いの産業・商業集積地および計画的な住宅地という特徴を持っています。

これらの地域の特徴や地域ニーズを踏まえ、さまざまな事業に取り組んでいます。

地域包括支援センター

介護についての相談、介護保険の申請受付などを行っています。

このほかにも、

- ・車いすが借りたい
- ・退院後のことが心配
- ・老後のお金が心配 などの相談に応じています。

私たちに
ご相談ください！



地域活動・交流

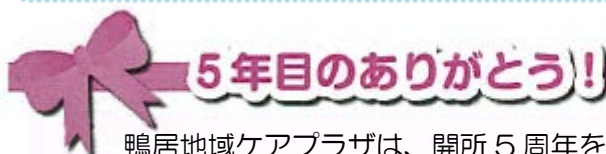
「活動のために部屋を借りたい」、「ボランティアについて知りたい」、「子育てグループについて知りたい」など、身近なことをお尋ねください。

事業紹介

■お茶のみサロン

毎月開催している「お茶のみサロン」では、ボランティアと一緒にストラップなどを手作りできるミニ教室も行っています。

開催日時：毎月第4金曜日午後1時30分～3時30分（参加費100円）



鴨居地域ケアプラザは、開所5周年を迎えました。地域の皆様に支えられていることを実感し、その感謝の気持ちを込めた「ありがとう」をキャッチフレーズに、9月25日に5周年祭りを開催しました。

これからも地域の皆様に寄り添える施設を目指して職員一同頑張ります！



平成24年度の取り組みの一部を紹介します！

月1コンサート

～月に一回、ケアプラザがコンサート会場に～

地域の頑張っている人をちょっとだけ応援したい、と始めたのが月1コンサートです。コーラスや舞踊、楽器の演奏など、殺風景なホールがその日だけは横浜アリーナにも負けない(?)コンサート会場に。今では「今度はいつ?」と楽しみにしてくださる方も増えました。



介護保険制度の説明会&福祉用具機器展の開催

地域住民の方を対象に、一部では、デイサービスの利用など介護保険制度のしくみについての説明とビデオ撮影したデイサービスの実際の様子をご覧頂きました。

二部では、福祉用具に触れ体験して「こんなに便利な物があるのねえ」と興味深くご覧頂き、制度の理解を深める機会になりました。



●中山地域ケアプラザ

中山地域ケアプラザのある「ハーモニーみどり」は、緑区福祉保健活動拠点（緑区社会福祉協議会）、中山福祉機器支援センター、シルバー人材センター、中山地区センターが入った複合施設です。

これからも地域のニーズに沿った福祉保健に関する取り組みを地域の関係団体と協働で行っていきます。

地域活動交流

子育て、障がい、高齢者支援事業の実施
福祉保健活動の場としての部屋の貸し出し
ボランティア活動の紹介



地域包括支援センター

介護や高齢者の権利などの総合相談窓口
介護予防や健康に関する自主事業の実施

事業紹介

■「スイーツ Spoon」
障がいのある小学生から
高校生までの子どもとその
親を対象に調理と食事会を
実施しています。今年で4
年目になり、和気あいあいと活動しています。



開催日時：毎月第2土曜日 10:30～13:30
会場：中山地域ケアプラザ

事業紹介

■三保ミニデイ

「身近な場所で介護予防を…」という地域の声を受け、平成21年から三保町在住の65歳以上の介護保険サービスを利用していない人を対象として、介護予防プログラムを実施しています。

開催日時：毎月第2金曜日 午後1時30分～3時30分
会場：三保町自治会館会場



「ハーモニーみどり」では、地域の皆様との交流を深めるため、毎年12月に「ハーモニーみどり ふれあいまつり」を開催しています。

平成24年度の取り組みの一部を紹介します！

～介護予防出張講座～

中山地域ケアプラザでは、より身近な場所で介護予防の取り組みができるよう地域の自治会館などで介護予防講座を実施しています！



今年度は介護保険についての説明、尿もれ、認知症、健康チェックやめまいに関する健康啓発、介護者の集いなどについて自主事業や自治会やボランティア団体などの依頼を受け、実施しました。今後も高齢化が進む中、地域で自分らしく安心して暮らしていけるよう地域のニーズに沿った介護予防の取り組みを職員一同、一丸となって進めていきます。



●地域包括支援センター「ふじ寿か園」(ふじずかえん)

案内図 P95

「地域包括支援センター」をご存じですか？

介護保険法に定められた機関として、高齢者が住み慣れた地域で安心して生活を続けられるよう、介護保険やその他のサービスを上手に利用するためのさまざまな支援を行っています。

地域包括支援センター「ふじ寿か園」は、特別養護老人ホーム「ふじ寿か園」に設置されており、山下地区を担当しています。

この地区は高齢化率が比較的高く、自治会を中心とした老人会や交流サロンなどの活動が盛んな地域です。

主な活動

<1>地域の相談窓口

地域の皆様からの相談を受けて、必要なサービスや機関につなげています。

<2>介護予防支援

体操教室や介護保険の講座などを実施しています。

また、介護度が比較的に軽い要支援1・2と認定された人を対象として、介護保険プランを作成します。



ふじ寿か園スタッフ

<3>権利擁護

悪質な訪問販売の被害や、高齢者の虐待防止、成年後見人などの相談を受けています。また、年1回程度、専門家による相談会を開催しています。

<4>地域と連携した活動

地域の民生委員・保健活動推進員の皆様や、介護保険事業者などとのネットワークづくりにより、きめ細やかなサービスを行っています。また、地域団体の活動支援を行っています。



「認知症予防講座」の様子

平成24年度の取り組みの一部を紹介します！

元気づくりステーション『わくわく』(気持ちも身体も和く若く)が2月から始まりました！

山下地区は、山坂のある土地形状と、最寄り駅までの移動手段がバスか徒歩で10分以上かかる地理となっています。

そのため、できるだけ足腰の筋力維持をすることが、この地域で暮らす上でも必要となり、身近な人たちと顔の見える関係性を持つことで、必要な情報も得る事ができ、安心して生活が送れるものと思われるます。

この元気づくりステーション『わくわく』は、いくつになっても、この山下地区で元気に生活するための健康維持を中心に、体操や認知症予防などの介護予防活動を地域で行っています。

会場：山下地域交流センター
日時 毎週火曜日 午前9:30～11:30



●十日市場地域ケアプラザ

十日市場地域ケアプラザは、緑図書館と緑ほのぼの荘（老人福祉センター）が併設された複合施設の中にあります。

担当する新治西部地区は、十日市場駅周辺に公共施設や商業施設が集中している一方で、農地や樹林地も多くあります。十日市場団地地区は、市営住宅を中心とした地区で、丘陵地に計画的に整備されています。

地域の皆様が安心して生活できるよう、緑図書館や緑ほのぼの荘と協力し、バザーフェスタや子育て支援、高齢者の健康づくりや介護予防などに、積極的に取り組んでいます。

事業の紹介

地域包括支援センター

地域の介護予防と健康づくりをサポートします
 高齢者の生活(権利)を守ります
 地域の身近な相談窓口です
 認知症サポーター養成講座の開催を支援します

地域活動交流

地域の福祉保健活動やボランティア活動への支援、講座の開催などを行っています。



スタッフの皆さん

■おげんきチェック

保健活動推進員の協力を得ながら、毎月第1金曜日に、血圧・体重・身長・体脂肪・握力・BMIの計測や、健康相談を行っています。

■はまちゃん体操介護予防普及活動

地域ケアプラザが育成した「はまちゃん体操リーダー」と共に、地域の自治会館や集会所、医療機関などに出張し「はまちゃん体操」を通じて健康づくり・介護予防に取り組んでいます。



平成24年度の取り組みの一部を紹介します！

認知症サポーター養成講座

認知症キャラバンメイト（認知症に対する正しい知識と具体的な対応方法を市民に伝える講師）と連携して緑区内の郵便局職員を対象に認知症サポーター養成講座を開催しました。

講座では、寸劇を交えて行うなど、舞台を毎回対象に合わせて設定することで、身近なこととして感じていただけるように、心掛けて行っています。

今後も講座を実施することで、地域のつながりを作り、認知症の正しい理解を広め、認知症の方を地域で温かく見守り、支えていける活動を行っていきます。



●霧が丘地域ケアプラザ

案内図 P95

霧が丘地区は、昭和50年代に大規模開発が行われ、街路樹、歩行者専用道路、公園などが計画的に整備された、緑豊かな街です。

霧が丘地域ケアプラザのある「霧の里」は、学校跡施設として整備された複合施設で、コミュニティハウスや防災防災活動センター、地域スポーツ広場が併設されています。外見は小学校のままとっており、地域の皆様に親しまれています。

地域包括支援センター

高齢者の在宅生活を支え地域生活に安心を提供する役割を果たすため、保健師、社会福祉士が無料で相談をお受けします。

介護保険や認知症に関すること
地域福祉サービス情報
権利擁護について など



地域活動交流

地域の皆様の福祉保健活動の場として部屋の貸し出しや、障がい者・子育て支援などを行っています。

毎月第3水曜日午前には、霧が丘地区保健活動推進員の皆様と一緒に「健康チェックの日」を開催し、血圧・動脈硬化指数・推定骨量などの計測のほか、体力測定や健康講座も実施しています。

デイサービス（通所介護事業）

一般型デイサービス・認知症対応型デイサービスでお手伝いいただけるボランティアを募集しています。わずかな時間から参加できます。趣味をいかした交流や話し相手、簡単な手伝いなど、できることから参加してみませんか。

居宅介護支援

介護認定を受けた人に対し、ケアマネジャーが相談を受け、ケアプランを作成し必要なサービスを調整します。

平成24年度の取り組みの一部を紹介します！

ウォーキングサポーターとの協力事業

～霧が丘探検ウォーキング～

緑豊かな地区の特徴を活かし、介護予防・閉じこもり予防のために、平成21年から探検ウォーキングを行っています。

夏季を除く年6回、約7kmを半日かけて歩きます。ウォーキングサポーターが季節の特徴や状況を考慮にいれ、コースを選定し、事前に地域ケアプラザ職員と下見をしています。



これまで、新治市民の森、東京工業大学、高尾山周辺や恩田川、大林寺周辺などを歩きました。途中、山道や里山、史跡を巡り、時には大学の学食で休憩を・・・

季節の変化も楽しめる人気の事業です。

●長津田地域ケアプラザ

長津田地区は、人口・世帯数とも緑区内最大の地区です。

長津田みなみ台の大規模開発などにより、人口増加が顕著で、若い世代が多いことも特徴です。

長津田地域ケアプラザは、長津田駅北口から300mほどの市営住宅スカイハイツ1階にあります。

地域活動交流

地域で活動するボランティアグループやサークルなどの活動支援のほか、体操教室やミニデイサービス、布絵本・布おもちゃの貸し出しなどを行っています。

また、乳幼児救急法など、子育て支援の講座も開催しています。

布おもちゃ「鬼の的当て」「切れるかな？」



地域包括支援センター

3人の専門職（社会福祉士・主任ケアマネジャー・保健師）が次のような相談をお受けします。



スタッフの皆さん

介護保険に関すること
地域の福祉サービス情報
認知症に関すること
権利擁護について



「体力向上プログラム講座」の様子

このほかに、地域に出向いての講座や相談会も行っています。

また、ボランティア活動や自宅での介護の支援、通所介護（デイサービス）も行っています。

平成24年度の取り組みの一部を紹介します！

「出向いていく、発信していく、広めていく」ことを目指して、以下のことに重点的に取り組みました。

1 出前講座

自治会その他、地域の老人会や保健活動推進員などの各種団体の会合等に出向いて、地区別計画の柱の一つでもある認知症の啓発や介護保険制度、エンディングノートの説明などの各種講座を実施しました。

毎回、参加者の皆様はとて熱心に聞いておられて、口コミによって他団体からのご依頼を受けたり、早くも次年度の予約を受けたりと好評でした。



2 ホームページやブログの活用

自治会回覧等で周知いただいていた広報誌を、ケアプラザのホームページにも掲載してより幅広い方にご覧いただけるようにしました。また2月からはブログも開始して、ちょっとした情報もこれまで以上により早くお届けできるようになりました。

