

# はじめてみよう 中なかいいネ!

## ステップ1 始めの一歩

- 近所の人とあいさつをする
- 町内会の掲示板や回覧板、SNSなどをチェックしてみる

## ステップ2 無理なく参加

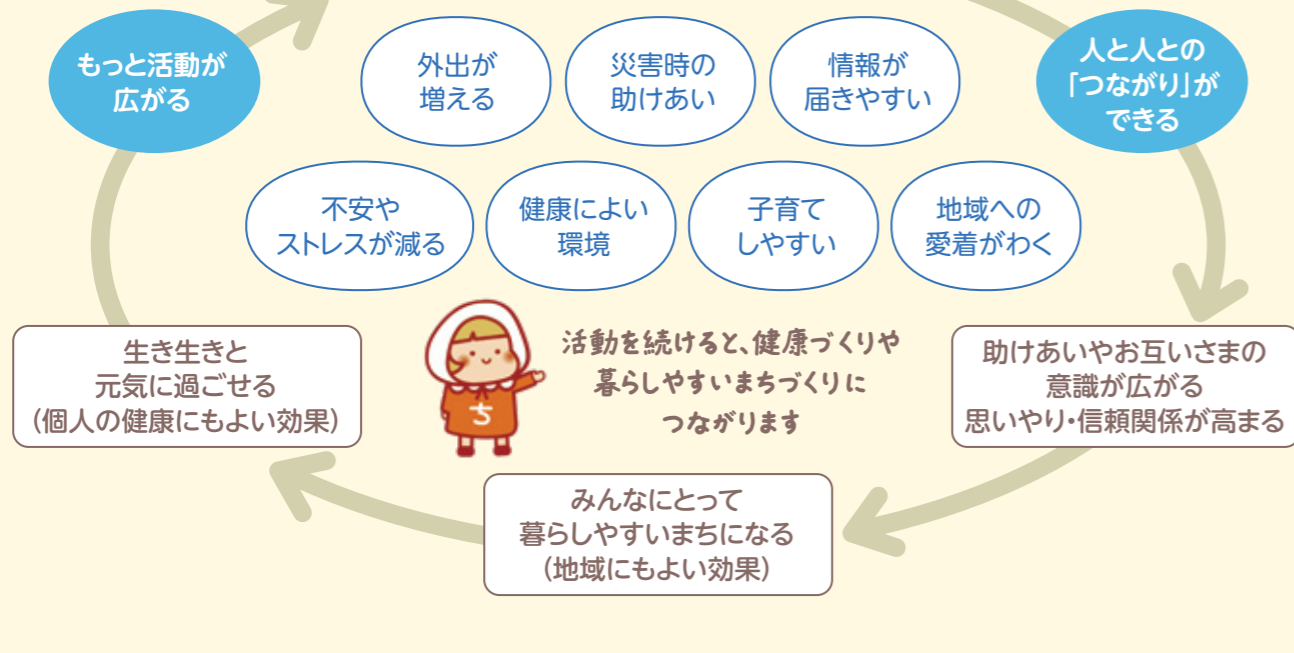
- 自分の趣味や得意なことを生かして、できることから始める
- 区内の施設のホームページをチェックしたり、相談に行ってみる

## ステップ3 長続きのコツ

- 楽しんで参加する
- 仲間を誘って一緒に活動する
- 身近な場所で活動する
- 得意なことを生かす

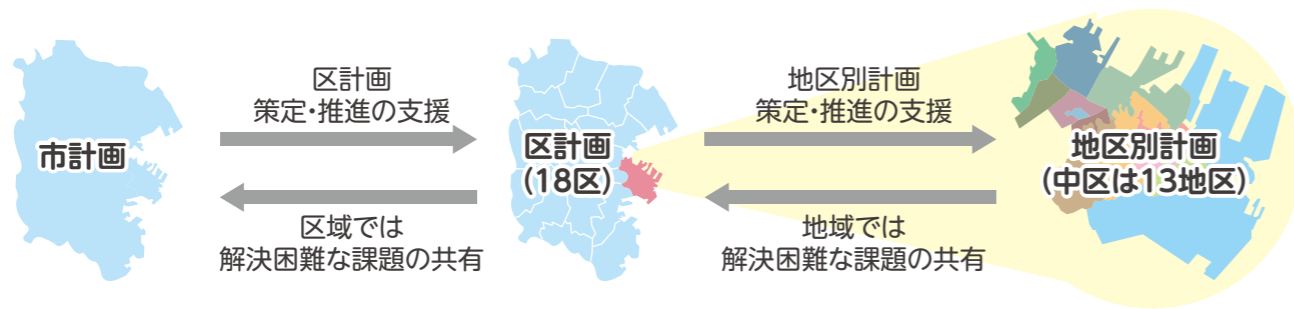
### 〈人もまちも元気になるつながりづくり〉

近所づきあい／地域のイベントへの参加／趣味やサークル活動への参加など



### 地域福祉保健計画とは?

地域福祉保健計画は、「地域福祉の推進」の概念を具体化する取組として、社会福祉法第107条に基づき市町村が策定する計画です。横浜市の計画は、市計画、区計画、地区別計画の3層で構成されています。



この計画は中区役所ホームページ  
または右記の  
二次元コードから  
ご覧いただけます。



問合せ先

横浜市中区役所 福祉保健課 事業企画担当  
〒231-0021  
横浜市中区日本大通35番地  
☎045-224-8330 FAX:045-224-8157  
Eメール:na-iineplan@city.yokohama.lg.jp

社会福祉法人 横浜市中区社会福祉協議会  
〒231-0023  
横浜市中区山下町2 産業貿易センタービル4階  
☎045-681-6664 FAX:045-641-6078  
Eメール:nakainfo@yokohamashakyo.jp

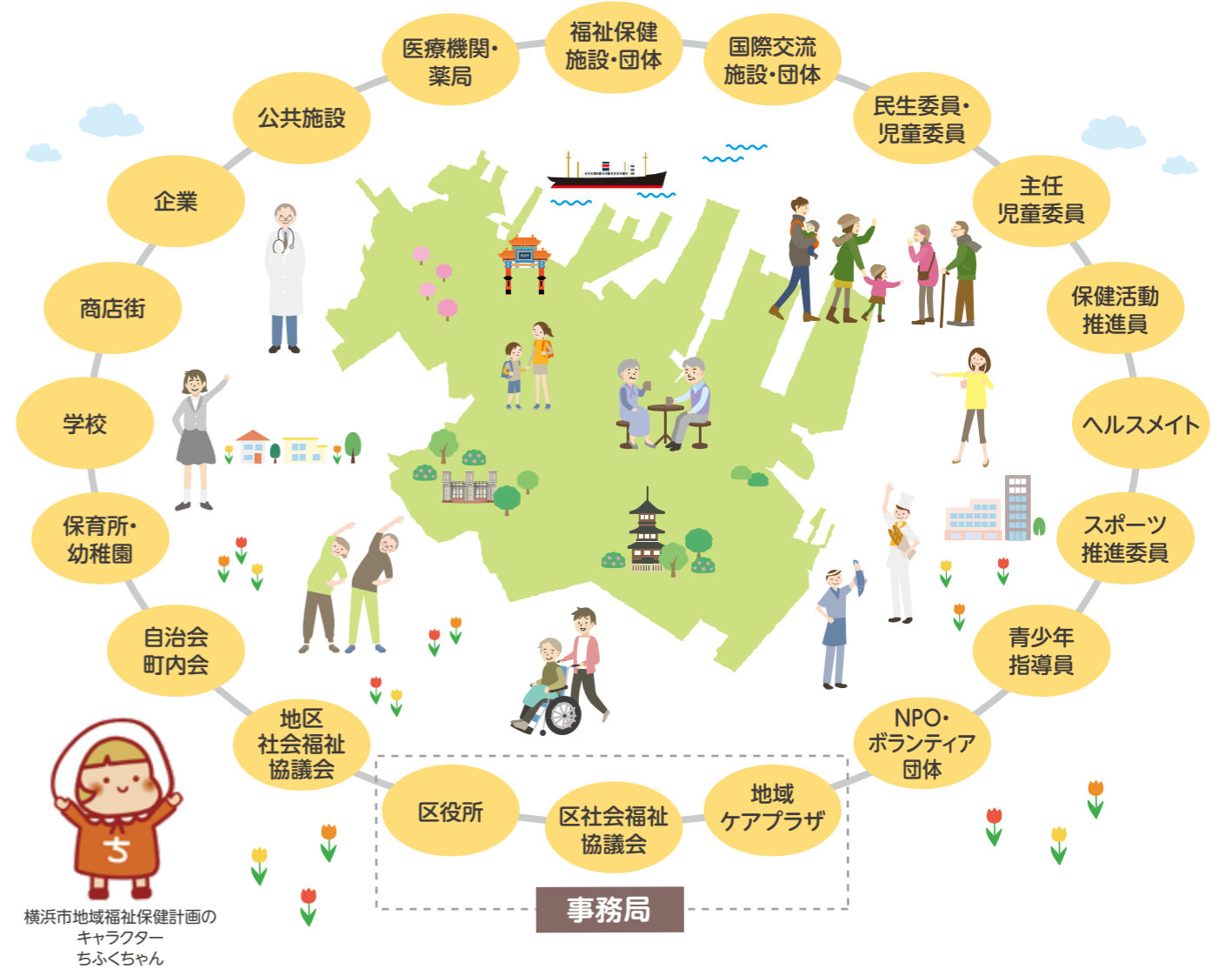
令和8年3月発行

## 第5期 中区地域福祉保健計画 (令和8～12年度)

# 中なかいいネ!



「中なかいいネ!」は、住み慣れた地域で、誰もが安心して健やかに暮らせるまちをつくるための計画です。中区に住む人、働く人、学ぶ人——みんなが協力しながら、それぞれの立場で地域の活動に参加し、仲間をつくり、できることを話しあい学びあいながら、まちづくりを進めていきます。



# 区計画

区計画は、中区全体の取組の方向性をまとめた計画です。地域活動の2本の柱「えん結び」「元気いっぱい」に共通する大切な考え方を「3つの取組の視点」としてまとめました。

## 地域活動がめざすもの

柱  
1

### 地域の見守り力を高める「えん結び」

お互いに関心を持ち、暮らしの困りごとの解決に取り組みます

柱  
2

### 健康づくりの「元気いっぱい」

みんなでこころとからだの健康づくりに取り組みます

## 地域活動の「2本の柱」を育むための3つの取組の視点

### 視点1 誰もが支えあう共生社会

- こどもの声を聴き、健やかな育ちをみんなで応援！こどもの居場所や活躍の場をつくろう
- 障害について理解を深め、交流する機会をふやそう
- 国や文化の違いを越え、誰もが助けあい交流できる地域にしよう
- 立場や背景、価値観など 一人ひとりの多様性を尊重しよう

### 視点2 多様なつながりで安心の輪を広げる

- 身近なつながりから、お互いに見守り見守られ、困りごとに気づき、支えあう地域にしよう
- 地域住民×事業者×専門職で暮らしを支えるサービスや制度を必要な人に届けよう
- デジタル×アナログで地域活動の情報発信力を高めよう
- 日頃のつながりづくりを通して災害時にも助けあう地域をつくろう

### 視点3 愛着心を育み 住み続けたいと思える地域づくり・人づくり

- 長い歴史があり、文化・経済活動も活発な中区の良さを大切に 地域活動の価値をみんなで分かち合おう
- 「仲間」と「場」こそ心身の健康の源！地域活動を通じて元気づくりを進めよう
- こどもたちや若い世代が地域を身近に感じられるように活動を進めよう
- 13の地区で、みんなが地域に愛着を感じながら活動を展開できるよう、対話と学びで「中なかいいネ！」を進めよう



地域のお祭りやイベント、こどもや高齢者の見守り、ラジオ体操、防災訓練、日ごろのあいさつやちょっとした思いやりなど、地域で行われている様々な活動は「中なかいいネ！」につながります。

# 地区別計画

区計画のほか、地域で暮らす人たちが主体となって策定した13の地区別計画があります。

1 第1北部地区



2 第1地区中部



3 関内地区



4 埋地区



5 寿地区



6 石川打越地区



7 第2地区



8 第3地区



9 第4地区南部



10 第4地区北部



11 本牧・根岸地区



12 第6地区



13 新本牧地区

