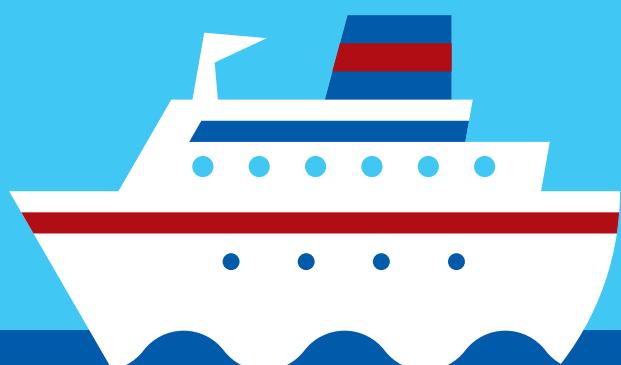


第5期
中区地域福祉保健計画

中なか いいネ!

令和8~12年度



中区地域福祉保健計画 中なかいいネ！推進会議

はじめに

第5期中区地域福祉保健計画 中なかいいいネ！(令和8～12年度)は、誰もが安心して健やかに暮らせるまちを目指す計画です。

地域での活動はもちろん、様々な行事やイベント、日ごろのあいさつやちょっとした思いやりも、すべてが中なかいいいネ！につながります。この計画を読むと、「そういえば参加したことがある」「すでに自分も取り組んでいる」——そんなふうに感じる人も多いのではないでしょうか。

中なかいいいネ！の活動を地域全体に広げるため、未来を担うこどもから豊かな経験を持つ高齢者世代まで、様々な背景を持つすべての人の考え方やアイデアを大切にしながら取組を進めます。

中なかいいいネ！ロゴマーク

計画推進のシンボルとして、第4期計画策定時に区民の皆さんのが投票で選ばれました。

中区の花であるチューリップをみんなで見守っていく様子を表現しています。

「みんなが笑顔で暮らせたらいいいな」という思いが込められています。



中なかいいいネ！は中区制とこれまで、これからも ～2027年 中区100周年～

開港の地として、横浜とともに歩んできた中区。

第5期計画期間中の令和9年に、中区は100周年を迎えます。歴史を振り返り、未来を考え、持続可能で魅力あるまちづくりを進める絶好の機会です。

「中なかいいいネ！」を合言葉に、笑顔あふれる中区をともにつくりましょう。



目次

第1章 中区地域福祉保健計画 中なかいいね！とは

1 中なかいいね！って何？	1
2 中区全体で取り組もう！	2

第2章 計画の背景

1 中区の特徴	3
2 第4期計画(令和3～7年度)の振り返り	4
3 第5期計画の策定に向けたグループインタビュー	7

第3章 区計画

1 第5期計画の方向性	9
2 3つの取組の視点を踏まえた「えん」と「元気」	10
3 地域活動で生まれるつながり	13

第4章 地区别別計画～地域の目指す姿～

1 地区别別計画とは	17
2 13地区の地区別計画	19
【コラム】はじめてみよう 中なかいいね！	72

第5章 計画の推進

1 計画の推進体制	73
2 第5期中なかいいね！推進委員	74
3 計画を推進する団体・組織	76
4 中なかいいね！区計画のあゆみ	80

資料編

1 中区の統計データ	82
2 中区子育てニーズ調査(令和6年度)	91
3 中区外国人意識調査(令和6年度)	93
4 関連する計画	95

1 中なかいいネ！って何？

中なかいいネ！は、中区地域福祉保健計画の愛称です。地域の人々がお互いに支えあいながら、誰もが住み慣れた地域でいつまでも安心して健やかに暮らせるまちを目指して、中区に住む人・働く人・学ぶ人・すべての人々が協力しながら進めていく計画です。

第5期中なかいいネ！では、福祉保健分野に限らず、幅広い地域活動を計画の対象とします。

市計画・区計画・地区別計画の関係

地域福祉保健計画とは、「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。

市計画

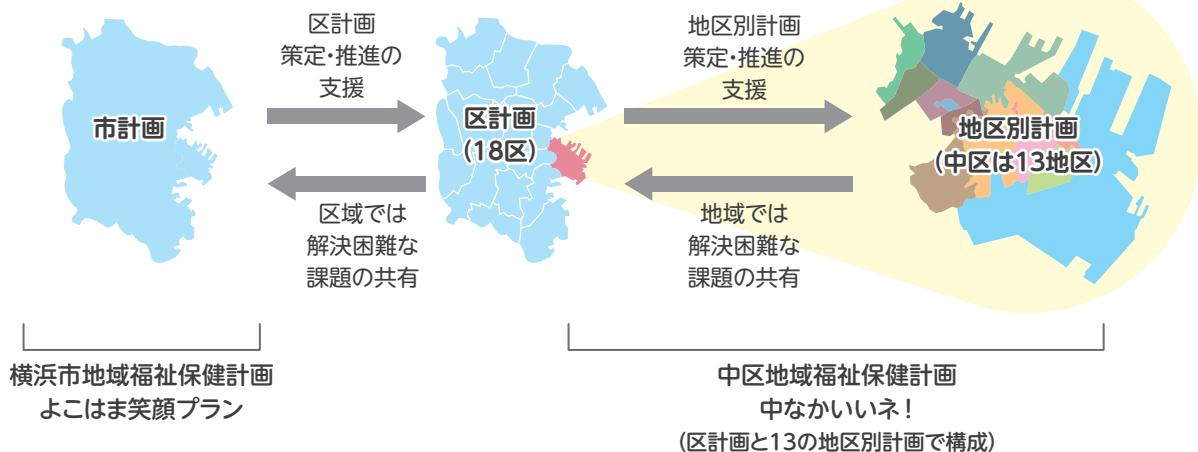
市全体の基本理念と方向性を示し、区計画の策定・推進を支援する計画です。

区計画

区の特性を踏まえて、区域の共通課題に対する取組の方向性をまとめた計画です。

地区別計画

地域が目指す姿や地域活動について、地域が主体となってまとめた計画です。



◆ 中なかいいネ！の計画期間

第5期計画の期間は、令和8～12年度の5年間です。

第1期計画

平成18～
22年度

第2期計画

平成23～
27年度

第3期計画

平成28～
令和2年度

第4期計画

令和3～
7年度

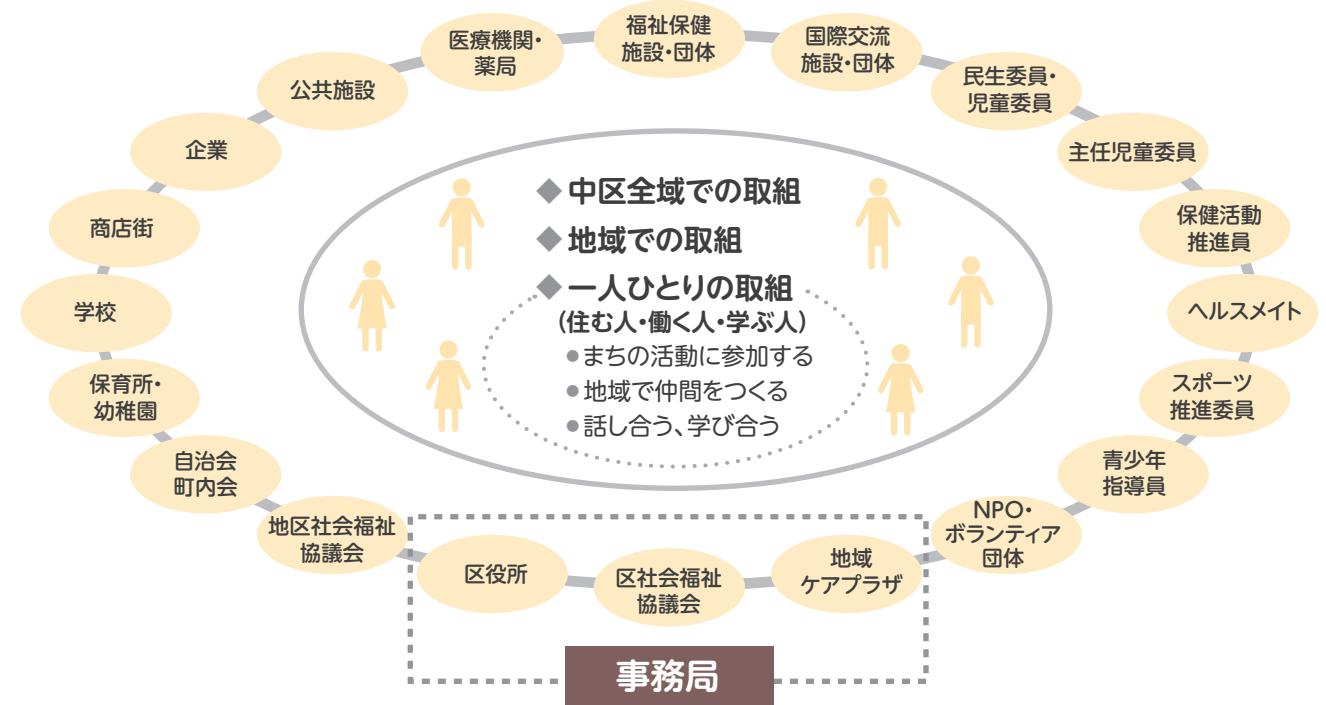
第5期計画

令和8～
12年度

2 中区全体で取り組もう!

中区に住む人・働く人・学ぶ人・すべての人が取り組む

中なかいいネ！では、地域住民、活動団体や施設、企業、行政などが、それぞれの立場で地域活動に参加し、できることを話し合い・学び合いながら、まちづくりを進めています。



区役所

区役所一体で
誰もが愛着を持てる
中区に！

各課の専門性を生かしながら、関係機関と連携して、区計画を総合的に推進します。

また、13地区の地区別計画が円滑に推進されるよう、区役所全体で地域をサポートします。地域活動の充実を図りながら、必要な人に必要な支援が届く仕組みをつくっていきます。



中区シンボルマーク

区社会福祉協議会

誰もが安心して
自分らしく暮らせる地域社会を
みんなでつくりだす

区内13地区の地区社会福祉協議会の活動支援や、ボランティアセンターの運営をはじめとした各種事業の展開を通じて、中区の皆さんとともに、住み慣れた場所での「ふだんの暮らしの しあわせ」の実現を目指します。



ほら、
よこはまは
あったかい

横浜市
社会福祉協議会
シンボルマーク



社会福祉協議会
シンボルマーク
(全国共通)

地域ケアプラザ

地域に寄り添い、
笑顔をつなぐ、
中区地域ケアプラザ

地域にすすんで出向き、住民や団体と協力しながら、活動の継続支援や居場所づくりの発掘などを進めます。

また、積極的な情報発信を通じてコミュニティの活性化に取り組み、「活力ある中区」の実現を目指します。

新山下、不老町、麦田、本牧原、簗沢、本牧和田の6館



第2章 | 計画の背景

1 中区の特徴

歴史と文化が息づく中区。都市機能が集まる横浜市の中心区です。外国人住民や一人暮らし高齢者、障害のある人など、様々な立場の人々が暮らしています。

① 人口・世帯



1世帯あたりの人数は
1.71人

18区で最も少人数

② 多文化共生



8.3人に1人が
外国人住民

18区で最多

③ こども



1年間に生まれる
こどもは約700人

18区で最も少人数

④ 高齢者



総世帯のうち
一人暮らし高齢者は
18.3%

18区で7位

⑤ 障害のある人



障害者手帳を持つ人は
約20人に1人

18区で4位

⑥ 働く人・学ぶ人



昼間の人口は
夜間の約1.7倍

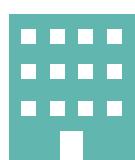
18区で2位

⑦ 健康



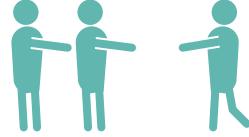
運動への意識は高い
18区でトップ

⑧ 生活・住まい



住まいはマンション・
アパートなどが7割超
18区で2位

⑨ 地域活動



自治会町内会加入率は
55.2%
18区で17位

2 第4期計画(令和3～7年度)の振り返り

第4期計画では、第3期から掲げてきた活動の2本の柱「えん結び」「元気いっぱい」を計画の中心に、『もっとみんなの中なかいいね！～相互理解を進めよう～』を5年後の目標として取り組みました。

中なかいいね！には、話し合いや事例共有の場が多くあります。第4期では、こうした場を積極的に活用し、取組を振り返りながら、次期計画についても話し合いました。

中なかいいね！推進会議

区計画を策定・推進するための会議です。委員は、13地区の代表者、関係機関・団体の代表者、学識経験者で構成されています。

会議では、地域や関係団体の活動状況を共有し、今後の区域での取組について検討しました。



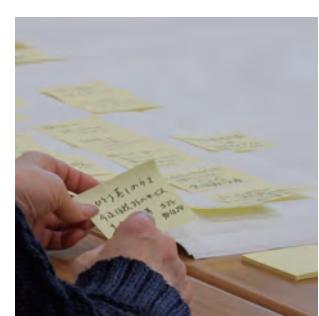
中なかいいね！発表会

区計画・地区別計画を推進するため、地域の特色ある活動の発表を行い、区民や関係者で共有しました。参加者にとって、自分の地域活動に生かせるヒントを見つける機会となりました。



中なかいいね！交流会

地域のボランティア団体、福祉サービス事業所、企業、支援者などが集まり、活動内容やコロナ禍での工夫などを共有しました。普段は関わりの少ない分野同士の交流も生まれ、中区全体での連携がさらに強化されました。



中なかいいネ！推進会議での主なご意見

コロナ禍を経験して、家に閉じこもりがちな一人暮らし高齢者の心身の健康状態がより気になるようになりました。今も地域で見守りを続けています。

第4期はコロナ禍で苦労も多かったのですが、屋外での活動を取り入れたり、食事会をお弁当に切り替えるなどの工夫で、継続・再開できた活動もたくさんありました。これらの工夫や成果を土台にすることで、今後さらに前進できるのではないかでしょうか。

食事会は食べることだけが目的ではないと思います。参加者にとってはその場に来ることが「元気づくり」につながっています。また、地域にとっては「見守り」につながっています。

地域活動そのものが、関わる人にとっても参加者にとっても地域にとっても、「元気いっぱい」につながっていると思います。

中なかいいネ！の「住み慣れた地域で安心して健やかに暮らし続ける」という大きな目標を実現するには、計画の枠組が地域の人にとって分かりやすいことが大事だと思います。

第4期計画の地域活動の「2本の柱」は第5期でも変えずに、地域に根気強く広めていきたいです。

地域の中で新しい担い手を見つけ、育てていくためにも、外国人や転入者などが地域とつながりやすい仕組みを考えていきたいです。

区役所・区社会福祉協議会・地域ケアプラザの振り返り

区役所・区社会福祉協議会・地域ケアプラザの事務局は、地域活動を支える人財・交流・情報の取組について一緒に振り返り、できたこと、もっと工夫ができるなどを整理しました。

- 関係者が活動の目的をしっかりと共有し意識して取り組むことで、事業の連携が広がり、担い手のやりがいにもつながるのではないか。目的に共感する「サポーター的な存在」を増やしていくとよい。
- 高齢者の見守りや健康づくりは進んできているが、こども・障害者・外国人などに向けた取組も広げていく必要がある。対象者が集まる場にこちらから出向くアプローチも大切。
- 「えん結び」への理解は進んできた一方で、「元気いっぱい」はやや弱い傾向がある。からだを動かすことだけでなく、「活動の場に参加すること」そのものが、こころの健康や社会とのつながりの面で、「元気いっぱい」を育む。そのことを、もっと地域に広めていく必要がある。
- 住民や事業者が日々の生活や地域活動の中で気づいた困りごとを地域の課題として受けとめ、支援者や関係機関につなぐ仕組みが必要である。支援する側と地域の皆さんと、困りごとについて一緒に考え、共有する場をつくることが大切。
- 区内のネットワークの強化や重層化を意識しながら、それぞれが取り組んでいくことが重要ではないか。



第4期計画期間中はコロナ禍により地域活動も大きな制約を受けましたが、活動に関わる多くの人々の思いや工夫によって、活動を続け、再開することができました。

日ごろの取組や活動の中で皆さんを感じていることには、地域のつながりづくりのヒントが多くあることが分かりました。活動を振り返り、他の活動を参考にしてみることで、新たな発見につなげていきましょう！

3 第5期計画の策定に向けたグループインタビュー

地域活動に関わる区民の皆さん、福祉・医療・教育など分野の異なる専門職・団体、事業所の皆さん約30人にご参加いただき、令和6年10月にグループインタビューを行いました。

コロナ禍を経て社会は大きく変化しました。その中で地域の人たちと関わってきた皆さんと、事例をもとに、身近な地域でどのような支援や関わり方ができるかを話し合いました。第5期計画の参考となる多くの意見を聞くことができ、さらに参加者同士の情報交換や学び合いの場にもなりました。

〈事例〉

- 不登校になりがちな小学3年男子とその家族
- 妻に先立たれ孤立しがちで、心身に不調のある80代男性と次男の世帯
- 外国人の母と中学3年男子、小学6年女子のひとり親家庭

参加者の皆さんのお意見



居場所づくり
ボランティア

中区には様々な人が住んでおり、多文化が共存しています。地域でのポジティブな対話や学びによって、暮らしづらさが解消されることも多いと思います。



地域食堂
ボランティア

外国人が主体になれる取組がまだ十分ではありません。外国人も支えられるだけの存在ではなく、自分らしく地域と交流できるようになることが大切だと思います。



介護事業所
ケアマネジャー

高齢者支援の現場では、高齢者本人だけでなく、同居家族が課題を抱えるケースも多いです。家族全体を支援する方法を学ぶことが必要だと感じています。



民生委員・
児童委員

中なかいいね！の推進に、こどもたちが参加する機会があるといいですね。こどもたちにも分かるように地区別計画を説明したいです。



民生委員・
児童委員

中区には、歴史や文化を背景に、地域活動を通じて仲間づくりがしやすい風土があると思います。そういう“いいところ”は継承しなくちゃ！



連合町内会長

こどもも障害者も、自分の言葉で思いを発信できるようにすることが大切です。そこから当事者同士や様々な関係者同士がお互いを知り、支援の輪を生み出すことができるはず！

自立訓練
事業所職員

障害のある人こそ、こどものときから好きなコト得意なコトで自分らしい暮らしができるよう、地域とつながっていくことが大事だと思います。

主任
児童委員

情報を得られる人とそうでない人との間に格差があると思います。支援者だけでなく、こども本人や保護者、地域の住民が一緒になって、地域を育していく姿勢が大切だと思います。

地区社会福祉
協議会役員

地区の事業は、中なかいいネ！の理念や目指す姿につながることが多いです。地域活動と計画へのコミット感を持つことで、みんなが元気になれるといいですね。



区役所職員

せっかく地域支援チーム^{*}があるので、その立場や役割をもっと生かして地域と関わっていきたいです。

防災・減災のためにも、地域のつながりづくりの大切さを日頃から働きかけていきたいです。

地区社会福祉
協議会役員

不登校のこどもを抱えて将来に不安を感じている保護者や、どうすればよいか分からず不安を抱えているこどもたちが増えています。まずは声を聞くこと！信頼関係づくりが大切です。

スクール
ソーシャル
ワーカー

こどもの頃から、身の回りでつながりや対話の場を持つことが大切です。自ら地域とつながる経験ができるよう、遊びの場づくりを工夫していきたいです。

公立学校
教員

*区役所、区社会福祉協議会、地域ケアプラザの職員からなるチーム



グループインタビューを通じて、第4期計画の「えん結び」と「元気いっぱい」の考え方には、多くの人に親しまれ、共感を得ていることが分かりました。第5期でも基本的な枠組は継続しながら、工夫していきたいことも見えてきました。例えば、支える・支えられる関係ではなくお互いに支えあうことや、区民・専門職・民間企業など立場を越えた連携の強化、情報伝達の工夫などです。

地域における「多様なつながり」に加え、中区の特性を踏まえた「共生社会の実現」や「歴史・文化と地域への愛着」も、計画に欠かせない重要な視点であることを、みんなで共有しました。

1 第5期計画の方向性

第4期計画を振り返ると、皆さんを取り組んできた地域活動には、たくさんの思いや工夫が込められていることが分かりました。その中には、「えん結び」と「元気いっぱい」という2つの柱に共通する大切な考え方も見えてきました。

第5期計画では、これらの共通点を「3つの取組の視点」としてまとめました。この視点を大切にしながら、引き続き2つの柱の取組を進め、地域活動をさらに充実させていきましょう。

地域活動がめざすもの

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1

- あいさつや声かけから、気軽に話し合える関係を広げよう
- こどもの健やかな育ちを地域で応援しよう
- 暮らしの困りごとは人それぞれ。立場や背景、価値観の違いを知り、地域の中で誰もが支えあえる関係になろう

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

柱2



- からだを動かし人と交流することで、心身の健康を維持しよう
- 身近な場所で、誰もが自由に参加できる活動にしよう
- 一人ひとりの得意分野を生かし「できること」を探してみよう

地域活動の「2つの柱」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

〈視点2〉

多様なつながりで
安心の輪を広げる

〈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



「3つの取組の視点」を意識してみましょう。地域活動の価値を再発見したり、内容がより良いものになるアイデアが浮かんだり、新たな担い手を巻き込めたりする可能性が高まると思います！

2 3つの取組の視点を踏まえた「えん」と「元気」

地域活動の2本の柱「えん結び」と「元気いっぱい」を軸に、「3つの取組の視点」を踏まえた活動例を示します。住む人・働く人・学ぶ人・すべての人が連携・協力して、区全体でこのような活動を増やしていくよう、区計画を推進します。区役所・区社会福祉協議会・地域ケアプラザは、地域支援チームや自主企画事業などを通じて関係者との連携を図り、各地区が地域の実情に応じて主体的に取り組めるようサポートします。

各地区でも活動の意義をみんなで共有するとともに、ここに示す活動例を、新たな方向性を考える際のヒントにしてください。

視点1 誰もが支えあう共生社会

1. 子どもの声を聴き、健やかな育ちをみんなで応援！

子どもの居場所や活躍の場をつくろう

〈活動例〉

- 子どもが安心して過ごせるための「大人のゆるやかな見守り」の仕組みづくり
- 子ども向けの多彩な活動の展開（昔遊び・文化活動・食や農など）
- 多世代交流を通じた気づきあいと理解の場づくり
- 学校に行きづらい・学習の苦労などの経験を共有できる場づくり
- 子ども同士が「助ける・助けられる」関係づくり
- 安心・安全に遊べる場の充実

第3章

2. 障害について理解を深め、交流する機会をふやそう

〈活動例〉

- 地域の行事での交流促進（お祭り・運動会・防災訓練など）
- 障害の有無によらない「インクルーシブ」なイベントや講座の開催
- 障害への理解や共感を深める場の拡大

3. 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

〈活動例〉

- 地域の行事での交流促進（お祭り・運動会・防災訓練など）
- 言語の壁が小さく、誰もが楽しめる活動の拡大（食・音楽・手作業・スポーツなど）
- 困りごとに応じた相談の場の充実（子育て、教育や医療・健康、防災など）
- 地域の暮らしに対する共通理解の促進（ごみ分別や騒音など）
- 言語や文化の違いを超えたゆるやかな見守りあいの促進

4. 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

〈活動例〉

- 住民の様々な背景や価値観への理解の促進
- 認知症について正しい理解の促進
- 様々な人が地域で交流・対話できる場の拡大

1. 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

〈活動例〉

- 日常の様子からちょっとした異変に気づける「ゆるやかな見守り」の充実
- 地域の仲間と楽しく健康づくりができる場の提供(体操・食生活など)
- 住民同士が助け合うボランティアの仕組みづくり

2. 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

〈活動例〉

- 家族や親族・民生委員・商店や事業所など、まちぐるみの見守りと
地域ケアプラザなどの関係機関との連携
- 地域の薬局を核とした住民の見守りや健康づくり

3. デジタル×アナログで地域活動の情報発信力を高めよう

〈活動例〉

- デジタルとアナログの融合による効果的な情報発信の展開
- SNSなど、若い世代が情報にアクセスしやすい環境づくり
- 写真や動画などを活用した、世代や言語を超えた情報発信の仕組みの構築
- 「助けてほしい人」と「助けたい人」をつなげる仕組みの構築

4. 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

〈活動例〉

- 防災訓練の内容の工夫(親子で楽しめるプログラムなど)
- 健康づくりを学ぶ場の提供と災害時への備え(感染症予防・栄養・口腔ケア)
- 防災マップづくりや災害時要援護者名簿の活用

区役所・区社会福祉協議会・地域ケアプラザ

人財 仲間を増やす 交流 することで気づく 情報 による動機づけ

区役所・区社会福祉協議会・地域ケアプラザは、事務局として、また地域支援チームとして、中区に多様なつながりが広がっていくよう、「えん結び」「元気いっぱい」の活動を支援します。さらに、3つの取組の視点に深く関わる人財・交流・情報を強化する仕組みをつくっていきます。

1. 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

〈活動例〉

- 地域の魅力あるスポットの共有・発信の場の拡大
- こども・若い世代が、地域の歴史や文化に触れる行事や講座の展開
- 「文化・経済活動」と「つながり・健康づくり」の高め合い

2. 「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

〈活動例〉

- 気軽に集える場やコミュニティの充実(趣味や体操・ゲームなど)
- 健康づくり・フレイル予防を学ぶ機会の拡大
(栄養・口腔ケア・運動・社会参加・メンタルヘルスなど)
- 地域で健康づくりを行う団体や活動者が継続して活動できるような支援

3. 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

〈活動例〉

- こどもの学びの機会の提供(遊びや体験、多世代との交流など)
- 地域活動への親子参加やこども同士の交流を促す仕組みづくり
- 学校(授業・課外活動・キッズクラブなど)や関係団体と連携した地域活動の推進

4. 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「中なかいいいネ！」を進めよう

〈活動例〉

- 中なかいいいネ！の認知度アップ
- 地区別推進会議に関わる人・団体の拡大
- 地域活動の情報を様々な媒体で発信・共有する仕組みづくり
- 持続可能な活動のあり方の検討と新しいスタイルの導入
- 国籍や世代によらず活動に参加しやすくするための工夫

◆ こころもからだも健康なまちにするための「えん結び」と「元気いっぱい」

健康的な生活を送るためにには、正しい知識を身につけ、食生活や運動、口腔ケア、健診・検診の受診など、日ごろから健康を意識した取組を続けることが大切です。また、誰かと一緒に取り組むことで、安心感や情報共有、支えあいが生まれ、健康的な習慣の継続を後押しします。

身近な場所にかかりつけの病院・診療所、歯科医院、薬局があると、気軽に相談ができる安心です。例えば、薬局では、日ごろから住民の健康状態の変化を把握し、服薬方法の案内のほかにも健康に関するアドバイスを行い、必要に応じて区役所などの他の相談機関へのつなぎ役を担っています。

人と人・地域との「つながり」をつくることで、健診受診の声かけや運動仲間との交流など、ちょっとした関わりが生まれます。こうした関わりの中で健康づくりを進めましょう。

3 地域活動で生まれるつながり

地域活動に参加すると、「話せてうれしかった」「ちょっと元気になれた」と、気持ちが動くことがあります。大人だけでなくこどもや若い世代も参加することで、世代を超えたつながりが生まれます。さらに、様々な人との出会いは新しい気づきやつながりを広げ、まちを「安心して暮らせる場所」へと育てていきます。

第5期計画では、このつながりをより多くの人が実感し、思いを分かちあえるよう取組を進めています。

地域活動で人が変わりまちが育つ

◆ つながりの実感の「見える化」

地域活動の例 ①

季節の行事

夏祭り・運動会・クリスマス会・
もちつきなど



人の変化

住民同士が知り合いになり、
日常のつながりが増える

身近な地域で交流や
健康づくりができる

こどもから高齢者まで世代
を超えたつながりを持てる

それぞれの立場や背景、
価値観を知る

まちの変化

住民同士の支えあいが
充実する

困りごとを抱えた人も
安心して健やかに暮ら
せる

様々な人や団体の連携・
協働による、地域課題
の解決に向けた活動が
充実する

地域活動の例 ②

こども・子育て家庭向け
サロン・ひろば・
学習支援など



人の変化

住民同士が知り合いになり、
日常のつながりが増える

それぞれの立場や背景、
価値観を知る

身近な地域で困りごと
を抱えた人に気づく

住民が専門職や関係機
関とつながる

住民・関係機関・団体が
連携して、課題を抱えた
人に継続的に寄り添い、
関わっている

住民同士が多様性を認識
し、尊重しあえる

住民のつながりを通じ
て心身の健康が増進さ
れる

地域活動の例 ③

清掃活動

ごみ拾いなど



人の変化

住民同士が知り合いになり、
日常のつながりが増える

身近な地域で交流や
健康づくりができる

それぞれの立場や背景、
価値観を知る

地域活動に参加する人
や関わる人が増える

孤立している人が地域
とつながりを持てる

まちが安心して暮らせる
場所になる



◆ こどもの成長と地域のつながり

乳幼児期に親子で地域の子育て支援の場やイベントに参加することで、地域とのつながりが生まれます。こどもが成長すると、地域との直接的な関わりは減りますが、「ゆるやかな見守り」によって、そのつながりは続いていきます。そして、こどもが大人になり子育てを始めると、再び地域とのつながりが深まります。

こうしたつながりは、世代を超えて地域で受け継がれ、「中なかいいね！」の輪が広がっていきます。



◆ こどもと一緒に考えるわたしたちのまち

区内イベントや学校と連携したアンケート、ワークショップを通じて、小中学生に中なかいいね！を知ってもらい、まちの好きなところや将来の姿、自分ができることやまちづくりのアイデアを自由に考えもらっています。

第5期計画では、こどもたちの思いを聞くだけでなく、その声を地域に届け、一緒に考える仕組みづくりを進めています。こうした取組を通じて、まちへの愛着を育み、未来を担う人づくりを目指していきます。



放課後児童クラブ



中学校

◆若い世代が参加しやすい環境をつくるために

横浜には地域活動に参加している学生がたくさんいます。大学内にボランティアセンターがあつたり、授業やゼミでボランティア活動に取り組む例もあります。ただ、若い世代が地域で活躍するには、いくつか「壁」があるようです。実際に中区で活動する学生の皆さんに聞いたところ、主に3つの課題が浮かび上がりました。

- 入口が分からない …… 地域活動の情報にたどり着けない、誰に聞けばいいか分からない。
- 始めるハードルが高い …… 「夏休みだけでOK」など気軽な選択肢があるといい。
- 意思決定に関われない …… 「若者はマンパワー」と見られがち。

若者と対等な立場で柔軟な協力関係をつくることが大切です。遠回りや無駄も楽しめる余裕を若い世代に感じてもらい、世代を超えた関係性がつくれたら、より豊かで楽しい地域活動が広がっていきます。



学生たちの活動の様子

中なかいいネ！と様々な取組

中なかいいネ！が推進する取組・理念は、子育て家庭、認知症や障害のある人への理解、スポーツや文化芸術、多文化共生など、地域の様々な活動にもつながっています。ここでは取組の一例を紹介します。

◆ 中区で「働く人」とつくる、安心と元気のまち

子育て家庭を応援する取組の一環として、夏休みに親子で楽しめるスポーツ体験イベントを開催しました。イベントには、中区のプロバスケットボールチーム「横浜エクセレンス」の選手も参加し、ストレッチやシュートゲームを通じて笑顔と元気を届けました。中区では、スポーツチームや地域で働く人など、様々な人が協力しながら、まちづくりを進めています。



©YOKOHAMA EXCELLENCE

◆ 外国につながる若者の居場所『Rainbowスペース』

Rainbowスペースは、平成30年に、なか国際交流ラウンジで運営を始め、異なる文化の間で生活した経験から葛藤や悩みを抱える若者が、将来の可能性を広げられるよう取り組んでいます。

その一環として、研修や体験活動による人材育成、中高生への学習支援、映画制作などの表現活動を行っています。さらに、地域のイベントでは通訳や翻訳として参加することで、交流を深めながら活躍をしています。



◆ 地域みんなで支える、認知症にやさしいまちへ

認知症の人や家族の困りごとや希望に沿って、地域では認知症サポーターをはじめとする住民や関係機関が力を合わせ、様々な活動に取り組んでいます。認知症サポーターは、認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を自分のできる範囲で温かく見守る存在です。「認知症サポーター養成講座」を受講することで、サポーターとして登録することができます。



◆ 障害のある人が暮らしやすい地域へ

地域の中で暮らしている障害のある人やその家族が仲間と知り合い、つながる場として地域訓練会があります。中区には「チューリップ」という地域訓練会があり、障害のある子とその親が定期的に集まり、音楽療法やプールなどを楽しみながら、ちょっとした子育ての悩みを話し分かちあっています。ほかにも、防災訓練などを通じて地域で顔見知りを増やすなど、障害のある人が集まる場は様々あります。人と人、人と地域がつながっていくことでお互いが分かり合い、誰もが暮らしやすい地域をつくっていきます。

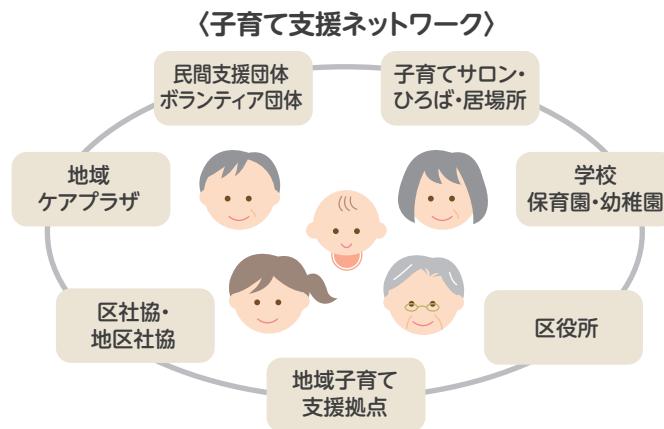


地域訓練会「チューリップ」

◆ つながりで支える 『子育て支援ネットワーク連絡会』

地域の子育て家庭を支えるため、関係団体が連携し、情報共有や意見交換を行うネットワーク^{*}をつくりています。妊娠期からの子育て家庭を地域全体で支え、こどもの健やかな成長を応援するとともに、多文化・多世代が共生できる地域づくりを目指しています。

人や団体がつながることで、情報発信や場づくりの具体的な協力関係が生まれるなど、子育て支援の輪が着実に広がっています。



※区域全体で集まる「全体会」、7つのエリアで実施される「地区別連絡会」、各連絡会の代表者が集まる「準備会」で構成されています。

◆ 子育て家庭の声を生かす「ワイワイトーク」

中区では、こどもや子育て家庭を地域全体で支えるため、区役所各課で行われることどもや子育て支援の取組を「なかくっくすくすくサポート」として進めています。その一環として、子育て中の人が自由に話せる場「ワイワイトーク」を開催し、そこで出された声を子育て支援や地域づくりに生かしています。これらの取組が地域でより認知されるよう活動を根付かせていくとともに、従来の枠組で対応しきれないニーズに対しても、柔軟な関わりを目指していきます。



◆ 障害者の声を聴く

障害者支援を進めていくときには、障害のある人が安心して地域で生活できるよう、当事者の声を「具体的に聴く」ことが大切です。中区では、区役所各課、区社会福祉協議会、地域ケアプラザでの日々の相談対応やアンケート、オンラインでの意見募集などで幅広く声を集め、中区障害者自立支援協議会^{*}などで課題を共有しています。また、地域防災拠点の訓練には障害のある人やその支援者に参加してもらい、災害時に不安に思うことを聴き、必要な対応を確認しています。

中区基幹相談支援センターや中区精神障害者生活支援センターなどの関係機関とも連携し、当事者の声を支援の仕組みに反映できるよう、様々な分野で取組を進めています。

※中区障害者自立支援協議会

障害の有無にかかわらず、誰もが安心して地域で住み続けられるよう、地域の様々な人が協働する場です。障害のある人への支援体制を整えるため、障害者の家族、福祉・医療・教育・雇用などの関係者、関係機関・団体などで構成されています。

◆ 生活に困っている人を地域で支える仕組みづくり セーフティネット会議

生活に困っている人を地域で支えるため、話し合いの場を設けています。福祉・保健・仕事・教育・住まいなど、様々な分野の専門機関や民生委員、NPOが集まり、必要な支援が「ちょうどいいタイミング」で届くように協力しています。

中区では、こうした関係機関とのつながりを広げながら、地域全体で支えあえる仕組みづくりを進めています。



1 地区別計画とは

地区別計画は、各地域の目指す姿や様々な課題に対する活動をまとめたもので、地域の人が主体となって策定・推進する計画です。中区では、区内の12連合町内会エリアに寿地区を加えた13地区がそれぞれ策定しています。



〈13地区の目指す姿〉

① 第1北部地区

赤門町・黄金町・桜木町・野毛町・初音町・花咲町・英町・日ノ出町・宮川町

人と人が支えあい、世代も国籍も超えてつながる、
安全で安心して楽しく暮らせる愛着のもてるまち

② 第1地区中部

曙町・伊勢佐木町・末広町・末吉町・羽衣町・福富町・蓬莱町・弥生町・吉田町・若葉町・長者町の一部

誰もが多文化共生する、安全で健康なまち「いちなか」

③ 関内地区

相生町・太田町・尾上町・海岸通・北仲通・新港1丁目・新港2丁目・住吉町・常盤町・日本大通・
弁天通・本町・真砂町・港町・南仲通・元浜町・横浜公園

「こんにちは」「コンニチハ」笑顔が繋がるまち・関内

④ 埋地地区

翁町・千歳町・万代町・富士見町・不老町・山田町・山吹町・吉浜町・扇町・寿町・長者町・松影町・
三吉町の一部

笑顔はじける！つながりキラキラ埋地のまち～誰もが主役で、ワクワクが止まらないまち～

⑤ 寿地区

扇町・寿町・長者町・松影町・三吉町の一部

寿に住んでいる、寿で育ったと、堂々と言えるまち～寿はたがいに受け止め合い支え合う～

⑥ 石川打越地区

石川町・打越

住んでいる皆さんの支え合いや、助け合いが生き、幸せだなと感じられるまち

⑦ 第2地区

新山下一丁目・新山下二丁目・新山下三丁目・元町・山下町

国際色豊かで、多様な文化と笑顔が交差する 高齢者も子育て世代も住みやすい きれいなまち

⑧ 第3地区

上野町・柏葉・鶯山・竹之丸・立野・仲尾台・西之谷町・本牧緑ヶ丘・豆口台・妙香寺台・麦田町・
大和町・滝之上・山手町の一部

みんなが地域福祉にかかわり、つながりを持って助け合えるまち

⑨ 第4地区南部

本郷町・本牧町・本牧満坂・本牧荒井の一部

声がかけあえるまち第4地区南部

⑩ 第4地区北部

北方町一丁目・北方町二丁目・千代崎町一・二・三丁目・千代崎町四丁目・小港町一丁目・
ビューコート小港・小港町二・三丁目・諏訪町・本牧十二天

こどもたちの「ふるさと」になるまち～安心して住みやすい誇れるまち～

⑪ 本牧・根岸地区

根岸町・根岸加曾台・池袋・矢口台・本牧間門・本牧荒井の一部・本牧三之谷・本牧大里町・
本牧元町・本牧原の一部・錦町・かもめ町・千鳥町・豊浦町・本牧ふ頭・南本牧

未来に向けて 誰もが安心して過ごせるまち 本牧・根岸

⑫ 第6地区

大芝台・大平町・塚越・寺久保・西竹之丸・根岸旭台・根岸台・簗沢・山元町・滝之上・山手町の一部

自然と歴史の調和・心あたたまる絆・「このまちが大好き」をつないでいく

⑬ 新本牧地区

本牧宮原・本牧和田・和田山・本牧原の一部

新本牧は「あいさつ」でまちづくり～広げよう！つなげよう！「人の和」～

2 13地区的地区別計画



① 第1北部地区 P20



② 第1地区中部 P24



③ 関内地区 P28



④ 埋地地区 P32



⑤ 寿地区 P36



⑥ 石川打越地区 P40



⑦ 第2地区 P44



⑧ 第3地区 P48



⑨ 第4地区南部 P52



⑩ 第4地区北部 P56



⑪ 本牧・根岸地区 P60



⑫ 第6地区 P64



⑬ 新本牧地区 P68



中区地域福祉保健計画

第1北部地区



目指すまちの姿

人と人が支えあい、
世代も国籍も超えてつながる、
安全で安心して楽しく暮らせる愛着のもてるまち

- 赤門町
- 黄金町
- 桜木町
- 野毛町
- 初音町
- 花咲町
- 英町
- 日ノ出町
- 宮川町



野毛の文化活動の発信基地
横浜にぎわい座



1:孤立を予防し、お互いが見守りあえる、 声かけができるようきっかけを作ろう! (えん結び)

- ふれあい給食会を継続していきます。
- 様々な地域の活動やイベント(子供会活動、親子ハイキング、親子の広場)、民生委員・児童委員の定期訪問等を通じて、子どもから高齢者、障害の有無、国籍を超えて、お互いに見守りあえるきっかけづくりを行います。
- 本町小学校とのつながりを生かして、孤立予防、世代間交流に取り組みます。(ふれあい給食会での交流等)



2:様々な関係機関や団体と、 人が上手につながるために、 対話と情報発信の機会を増やそう!(えん結び)

- 地区連合会議、中なかいいね!推進会議等、様々な人が集まる会議で、取組について共有し、新しい取組等も伝えていきます。
- それぞれ地区で取り組んでいる良い活動を見つけ、支援していきます。
- 中なかいいね!推進会議で取り組んでいるイベントMAPの充実やSNS等を活用した情報発信に取り組みます。

3:ラジオ体操等を通じ、体力づくりに引き続き、取り組んでいこう! (元気いっぱい)

- ラジオ体操、大運動会、カラオケ大会、身近な場所で取り組める健康づくりの活動(ウォーキング等)を把握し、支援していく方法を検討していきます。

4:安全・安心なまちづくりをしよう!

- 野毛地区環境パトロール(昼)・防犯パトロール(夜)、日ノ出町、初黄、赤英清掃・浄化パトロールを継続します。
- 地域防災拠点訓練、防災まち歩き(初黄)を継続します。

これまでの計画(第4期計画)の振り返り

ふれあい給食会では、民生委員が声かけを行い、参加する人が増え、孤立しないつながりづくりに取り組んできました。ラジオ体操を継続し、ふれあい給食会でも体操を実施して、体を動かすきっかけになっています。4年ぶりに大運動会も開かれ、さらに若い人への周知をして、地域の活性化につながりました。ボッチャや折り紙の会も始まり、親子ハイキングでは世代をこえて交流できました。防犯のための見回りや地域のイベントをまとめた表も作られ、みんなが参加しやすくなっています。





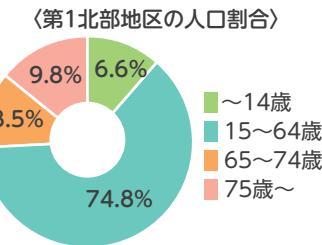
第1北部地区はこんなまち！

野毛山丘陵の裾野と大岡川に沿った地域で、川の上流は赤門で有名な東福寺から、下流は桜木町駅までの細長い地区。古くからの商店街があり、人情味あふれる下町と新しい街並みが融合しています。野毛大道芸、大岡川水上劇場などのイベントアートを取り入れたまちづくり等で活気にあふれています。

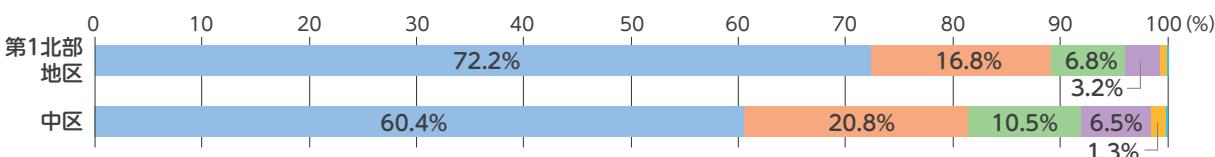
第1北部地区の統計データ

人口

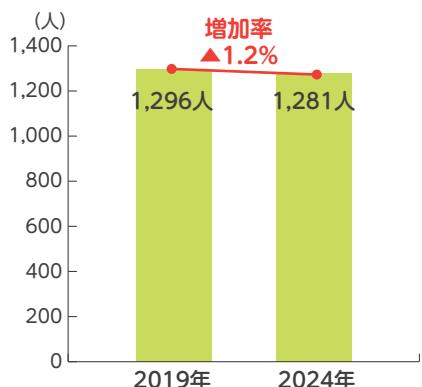
	合計	～14歳	15～64歳	65～74歳	75歳～
第1北部地区	9,810人	656人	7,345人	841人	968人
	100.0%	6.6%	74.8%	8.5%	9.8%
中区	155,313人	14,103人	104,356人	16,773人	20,081人
	100.0%	9.0%	67.1%	10.8%	12.9%



世帯人員別世帯数



地区内の外国人数の状況



出典:中区外国人数基礎調査(令和6年度実施)

人口は微増しています。15～64歳は約75%と多く、単身世帯割合も高く、働き世代の単身世帯の多い地域です。65歳以上の割合は区平均より低く横ばいで推移しています。

外国人数は横ばいで推移し、10人に1人が外国籍の人です。国籍別では中国が約5割となっており、ネパール、韓国、ベトナム、フィリピンなど、様々な国籍の人が暮らしています。

出典記載のないものは「横浜市統計情報ポータル」(令和7年3月現在)より引用しています。

第5期計画はこのように作りました

地区別推進会議で話し合いを重ね、地域の活動団体に意見を聞く機会を作りました。出された意見を推進会議で計画にまとめました。



ふれあい給食会や推進会議を開催している
野毛地区センター



中区地域福祉保健計画

第1地区中部

目指すまちの姿

誰もが多文化共生する、
安全で健康なまち「いちなか」



- 曙町
- 伊勢佐木町
- 未広町
- 未吉町
- 羽衣町
- 福富町
- 蓬莱町
- 弥生町
- 吉田町
- 若葉町
- 長者町の一部



1:「えん結び」 顔が見える関係づくりを進めます

● ラジオ体操

こどもから高齢者まで気軽に参加でき、健康づくりはもちろん、地域のふれあいの場として実施します。



学校の夏休みに開催「ラジオ体操」

● 餅つき大会

町内会の恒例イベント「餅つき大会」！杵と臼でぺったんぺったん、つきたてのお餅は格別のおいしさ。こどもから大人まで、みんなで楽しめる温かなイベントを継続します。

● お祭り

お三の宮日枝神社の例大祭や一六縁日など、伝統文化に触れ、地域交流を深めるお祭りを引き続き、実施していきます。

● サロンや「みんなで手話で歌おう」などの身近な場所での定期的な活動

2:「元気いっぱい」 歴史ある街で、だれもが、いきいきと、安心して暮らせる地域を目指します

● 音楽、体操、お薬の話など様々なテーマによる「みんな集まれ！第一地区中部」の開催(年3回程度)



● 防災活動

いざというときのために、地域防災拠点の運営や、トイレの設置訓練など、具体的な備えに取り組みます。

これまでの計画(第4期計画)の振り返り

町内会、商店街、民生委員・児童委員、保健活動推進員、スポーツ推進委員、青少年指導員などが連携し、主に次の取組を行いました。

● 地域交流イベント「みんな集まれ！第一地区中部」の開催

● 「ラジオ体操」の実施

学校の夏休み期間に開催。毎回100人を超える参加者が集まりました。

● 「みんなで手話で歌おう」などの身近な場所での定期的な行事の開催





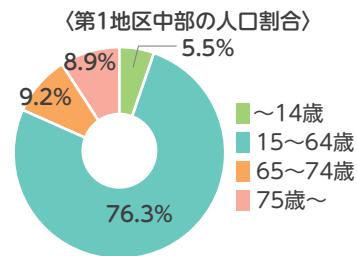
第1地区中部はこんなまち!

横浜開港以来、にぎわいの中心となってきたまち。お三の宮日枝神社の例大祭や歴史ある商店街のイベントなど、地域の魅力が息づいています。また、国際色豊かで、多様な文化が共存しています。

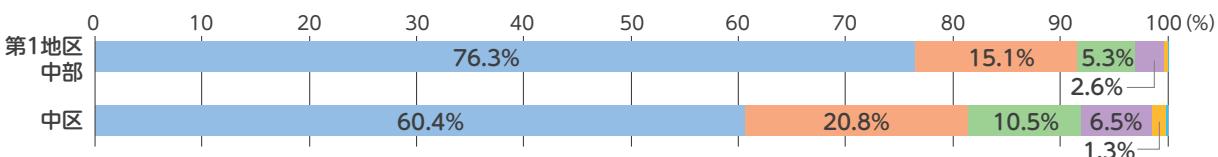
第1地区中部の統計データ

人口

	合計	～14歳	15～64歳	65～74歳	75歳～
第1地区 中部	14,124人	779人	10,781人	1,307人	1,257人
	100.0%	5.5%	76.3%	9.2%	8.9%
中区	155,313人	14,103人	104,356人	16,773人	20,081人
	100.0%	9.0%	67.1%	10.8%	12.9%



世帯人員別世帯数



地区内の外国人数の状況



出典:中区外国人数基礎調査(令和6年度実施)

人口は15～64歳が約76%と区平均より高く、働き世代の単身世帯の多い地域です。

65歳以上の割合は区平均より低く推移していますが、65歳以上人口は増加しています。

外国人数はゆるやかに増えており、5人に1人以上が外国人になっています。国籍別では中国が5割以上となっており、次いで韓国、フィリピン、ベトナムと、10か国以上の人人が暮らしています。

出典記載のないものは「横浜市統計情報ポータル」(令和7年3月現在)より引用しています。

第5期計画はこのように作りました

地区連合町内会長をはじめ、民生委員・児童委員、保健活動推進員、スポーツ推進委員、青少年指導員など、地域活動を牽引する委員の方々と、区社会福祉協議会、不老町地域ケアプラザ、区役所で話し合い、地域交流がより一層充実するための方策等を検討しました。



中区地域福祉保健計画

関内地区

目指すまちの姿

「こんにちは」「コンニチハ」
笑顔が繋がるまち・関内



- 相生町
- 大田町
- 尾上町
- 海岸通
- 北仲通
- 新港1丁目
- 新港2丁目
- 住吉町
- 常盤町
- 日本大通
- 弁天通
- 本町
- 真砂町
- 港町
- 南仲通
- 元浜町
- 横浜公園



関内地区イベントカレンダー
平安堂薬局などに置いてあります

1: 高齢者、子どもと子どもの保護者、障害のある方、外国人など様々な人とのつながりを作る取組をしていきます。

- 人が集まるきっかけ作りとなっている「関内地区イベントカレンダー」の取組を続けていきます。
- 年代を超えて知り合うことができる「おしゃべりサロン」の取組を続けていきます。また、何気ない悩みなどを気軽に話せる場が増えるように取り組みます。

2: 企業、団体、学校や地域で活動している様々な人がつながって、交流する取組を行っていきます。

- もちつき大会は、小・中学生も企画・運営に参加しています。子どもから大人まで地域の人が集まるイベントとして続けていきます。
- 子どもから大人まで集まる場所となるよう、地域食堂に取り組みます。
- 地域で活動している人同士が、知り合う機会を作っています。
- 企業等と連携して「まちのクリーンアップ大作戦」を続けていきます。
- 夏休み子どもラジオ体操やeスポーツを、体を動かしつつ多世代交流ができる健康づくりの取組として続けていきます。

3: 若い人も高齢者もみんなが自分の健康について考え、時には一緒に健康づくりに取り組んでいきます。

- 北仲第2公園ラジオ体操のような定期的に開催する健康づくりの取組を続けていきます。
- 脳と体の健康づくりの活動である「いきいきルンルン」を続けていきます。
- 保健活動推進員が中心となって毎月1回ノルディックウォークに取り組みます。
- 食を通して健康を考えると共に人とのつながりができるような居場所づくりをしていきます。
- 健康を目的としていない集まりでも健康ミニ講座を実施し、全ての世代の人が健康を考えるきっかけを作ります。

4: 1~3のつながりも活かして災害が発生してもすべての人が協力できるように、「防災会議」をはじめ、様々な防災の取組を進めます。

これまでの計画(第4期計画)の振り返り

- 店舗や事業者も対象に加えた「防災会議」を開始し、現状把握のためのアンケート実施等、具体的に進めています。
- 関内地区の清掃活動「まちのクリーンアップ大作戦」は、だいぶ地域に根付いてきました。朝からみんな楽しみながら取り組んでいます。
- 「おしゃべりサロン」をコロナ禍でも検温、消毒等を行い継続し、10年(計100回)を超えて開催しました。
- 「関内地区イベントカレンダー」を配布することで、関内地区で行われている様々な取組をお伝えし、人が集まるきっかけ作りを行いました。



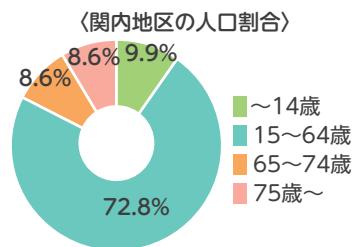
関内地区はこんなまち!

横浜開港以来からの歴史のある街並みのある地域です。官公庁街や飲食店街、オフィスが多く、近年マンションが建築され、住民も増えてきています。山坂は少なく、昔ながらの建物も多く、観光スポットもたくさんある地区です。

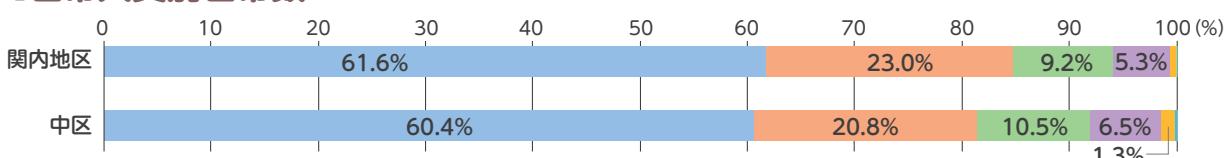
関内地区の統計データ

人口

	合計	～14歳	15～64歳	65～74歳	75歳～
関内地区	7,421人	737人	5,405人	640人	639人
	100.0%	9.9%	72.8%	8.6%	8.6%
中区	155,313人	14,103人	104,356人	16,773人	20,081人
	100.0%	9.0%	67.1%	10.8%	12.9%



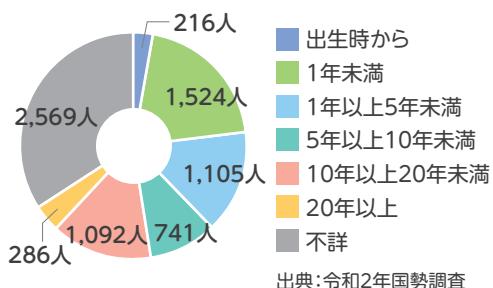
世帯人員別世帯数



地区内の外国人数の状況



住民の居住年数



人口、世帯数とも年々増加しており、平成30年に比べ約1.5倍となっています。15～64歳の人口割合が約7割を占め、65歳以上の割合は約17%と区内では一番少ない地区です。世帯構成をみると、6割が単身世帯で4人以上の世帯は約6%です。

住民の居住年数では出生時から住んでいる割合は少なく、他地域から流入してきた住民がほとんどであることがわかります。住民の多くはマンション、集合住宅に居住しており、今後も新たな集合住宅の建設により、人口、世帯数とも増加傾向が続くと思われます。地区内の外国人数についても増加傾向がみられ、現在その割合は1割を超えています。

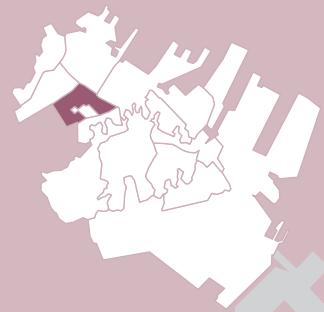
出典記載のないものは「横浜市統計情報ポータル」(令和7年3月現在)より引用しています。

第5期計画はこのように作りました

地区社協や民生委員、主任児童委員、保健活動推進員などで構成する「関内地区中なかいいネ!推進会議」で、2か月に1度、話し合いながらつくりました。



中区地域福祉保健計画 埋地地区



目指すまちの姿

《笑顔はじける! つながりキラキラ埋地のまち》
～誰もが主役で、ワクワクが止まらないまち～

- 翁町
- 千歳町
- 万代町
- 富士見町
- 不老町
- 山田町
- 山吹町
- 吉浜町
- 扇町
- 寿町
- 長者町
- 三吉町の一部



1: あいさつで「つながる笑顔、はじける元気」、誰もが安心して暮らせるまちに【えん結び】

- 〈ことばのつながりプロジェクト〉声かけのきっかけづくりに、5か国語のあいさつカードを配布し、地域での声かけを促進します。スマホ翻訳も活用し、キラキラ笑顔のまちをつくっていきます。
- 〈住民参加型のイベントの充実〉ラジオ体操、ミニ夏まつり、わくわくランド、餅つき大会、埋地さろんなどの既存のイベントに、これまで以上に住民が関わりを持てる仕組みを構築していきます。
- 〈見守りネットワークの強化〉子どもも大人も外国人も、みんながつながり地域ぐるみの見守りをさらに強化し、顔の見える関係を広げます。

2: 身体も心も動き出す、みんな元気あふれるまちに【元気いっぱい】

- 〈「歩け歩け大会」〉スポーツ推進委員、青少年指導員が中心となって、魅力あるコースを設定し、健康づくりと地域の魅力再発見をはかります。
- 〈健康×スマート教室〉地域の若者講師による、高齢者向けスマート教室を開催します。社会福祉協議会とも連携して、コミュニケーションの場を広げ、健康と安心に繋げます。
- 〈スポーツチーム等との連携〉地域のプロスポーツチームやスポーツ施設(横浜BUNTAI、横浜武道館)と連携して、住民の健康増進をはかります。

3: 情報が隅々まで届き、誰もが関わりを持てるまちに【多文化共生、その他】

- 〈デジタル発信プロジェクト〉配布しているパンフレットや掲示板などへの二次元コードの掲載をはかります。若者や学生も一緒に地域メディアをつくりだします。
- 〈子どもや若者参画の推進〉南吉田小学校、横浜吉田中学校、関東学院大学、横浜ベルエポック美容専門学校などと引き続き連携していきます。
- 〈多文化共生の促進〉より多くの外国人住民に伝わるよう、イベント案内への多言語表記をこれまで以上に充実させ、参加への声かけを一層積極的に行います。
- 〈災害時の対策の強化〉防災訓練に子どもたちや外国人、ペットを飼育している皆さんにも積極的に参加してもらえる環境やプログラム作りに一層力を入れて取り組みます。



防災訓練

これまでの計画(第4期計画)の振り返り

コロナ禍が明け、年間を通じて様々な地域イベントが実施できるようになりました。イベントを通してたくさんの子どもが参加し、それにつられて大人の参加も増え、外国籍の親子の参加も増えるなど、顔の見える関係づくりが進みました。地域の学校や公共団体、事業者などとの関係も強まり、連携して実施する取組が増えてきました。一方、イベントにさらに幅広い住民の参加を得るために、各イベントの魅力を一層高めるほか、口コミはもちろんデジタルの力も使って積極的に情報発信を行う必要があります。また、イベントの時に集まるだけでなく、日常生活の中での関わりをこれまで以上に強めることで、災害時などの効果的な助け合いにつなげていくことも重要です。

お三の宮例大祭大神輿御巡行
(横浜隨一の大神輿)

埋地ミニ夏まつり
(いろんな団体がブースを出店します)

夏休みラジオ体操
(幅広い世代が集う地域の一大イベント)

山吹町、富士見町、長者町3・4丁目連合町内会

伊勢佐木長者町駅

日ノ出川公園

横浜公園

横浜BUNTAN

埋地七ヶ町連合町内会館

モアレ富士見自治会館

フロール山田町第1自治会館
フロール山田町第2自治会館

餅つき大会
(地域の冬の風物詩)

埋地さろん
(毎回中身が違う隔月のお楽しみ行事)

わくわくランド
(懐かしい昔遊びを子どもたちと一緒に)

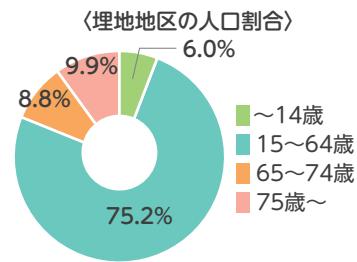
埋地地区はこんなまち!

今から約350年前、吉田勘兵衛氏による干拓事業により埋め立てられた地であることが、地区の名前の由来になっています。集合住宅と商業系ビルが林立し、交通の便が良く、暮らしやすい街です。ここ数年の間に、横浜武道館と横浜BUNTANが開館し、関東学院大学が移転してくるなど、新たな魅力も加わりました。近年、単身世帯数、外国籍居住者数の増大などがあり、顔の見える関係づくりのための取組を進めています。

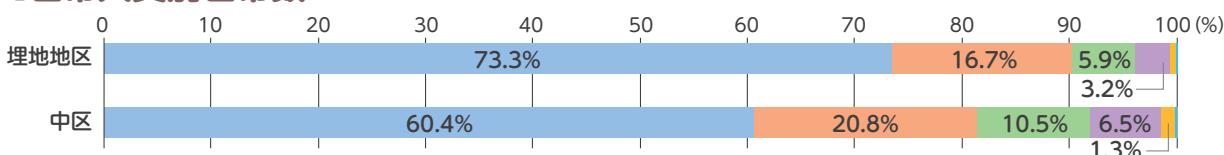
埋地地区の統計データ

人口

	合計	~14歳	15~64歳	65~74歳	75歳~
埋地地区	13,044人	784人	9,810人	1,157人	1,293人
	100.0%	6.0%	75.2%	8.8%	9.9%
中区	155,313人	14,103人	104,356人	16,773人	20,081人
	100.0%	9.0%	67.1%	10.8%	12.9%



世帯人員別世帯数



地区内の外国人数



出典:中区外国人数基礎調査(令和6年度実施)

人口は増加しています。15~64歳は約75%と多く、単身世帯の割合も高く、働き世代の単身世帯が多い地域です。

65歳以上の割合は区平均より低く推移していますが、65歳以上人口は増加しています。

外国人数はやや減少していますが、区内では人数が1番多く、他の地区と比べても多くの外国人が暮らしています。国籍別では中国が6割以上となっており、韓国、ネパール、フィリピン、ベトナム、台湾など、様々な国籍の人が暮らしています。

出典記載のないものは「横浜市統計情報ポータル」(令和7年3月現在)より引用しています。

第5期計画はこのように作りました

地区社協主催の懇談会や連合町内会での地域活動振り返り会を開催したほか、子どもを含め地域活動に積極的に関わっている人たちに個別に意見を聞くなど、様々な関係者からアイディアを募りました。それを連合町内会の作業部会が計画案にまとめた後、更にいろいろな人からコメントをもらい、最終版に練り上げました。



中区地域福祉保健計画 寿地区



目指すまちの姿

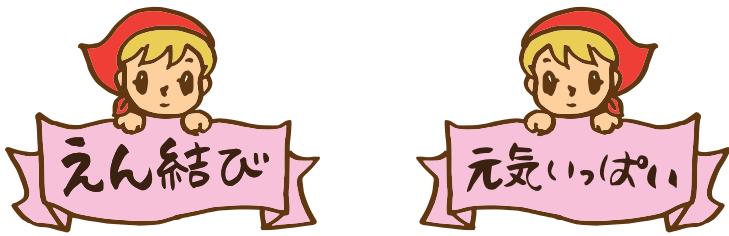
寿に住んでいる、寿で育ったと、
堂々と言えるまち
～寿はたがいに受け止め合い支え合う～

- 扇町
- 寿町
- 長者町
- 松影町
- 三吉町の一部

寿町では子どもから高齢者まで、
生き生きと生活するために
多種多様な交流や取り組みが行われています。
寿町健康福祉交流センターに
集う人たちの絵でまちを表現しました。

寿町のアイドル コトブキンちゃん





1:住んでいる人、住んでいた人、働く人、訪れる人などまちに 関わる人が人とのつながりを感じられるまちにします。

- まちの中で気軽に人とつながることが出来る場所や取組を多様にすることで、ひとりひとりが居心地の良さや楽しさを感じられるようにします。
- つながりの場の運営者同士もネットワークを持ち、取組情報を共有します。
- 寿地区に暮らす人のつながりを絶やさぬよう、久保山納骨堂や千秋の丘への慰靈を続けます。
- ゆめ会議等、寿地区に関わる子ども、高齢者、障害者、働く人の現状を共有し、支えあうまちづくりを進めます。

2:日常的な健康づくりを続けると共に、依存症・認知症等の 病気の理解を広め、住みやすい地域づくりに取り組みます。

- ラジオ体操などの習慣的な健康づくりの取組を続けていきます。
- 依存症について回復のための支援に取り組みます。
- 認知症の理解と予防について啓発を進めると共に、認知症になつても暮らし続けられるまちになるよう、人とのつながりづくりを中心に取組を考えていきます。

3:様々ある取組や役に立つ情報について 地域の人に伝わるように工夫して発信します。

- 掲示板に寿地区での取組や健康のことなど役立つ情報を掲示します。
- 病気や障害、防災等の寿地区に関わる人が知つていると良い情報を集め共有していきます。
- 防災チラシなどを活用して、災害を自分ごととして捉え、備えられるように啓発を進めます。

これまでの計画(第4期計画)の振り返り

様々な行事で世代や分野を越えた交流ができました。防災について積極的に啓発活動を行いました。今後も強化していく必要があると考えています。コロナ禍以降、復活できていない活動は、現状に合わせて見直し、再開を目指します。

寿町の人もまちも少しずつ変わっていく感じが増えました。皆で話し合って、受け止め、安心して暮らせるまちを目指していきます。



寿町健康福祉交流センター



地域防災拠点運営員会



コトブキンちゃんのてくてく健康MAPとは
散歩や血圧測定など、健康づくりの第一歩として
活用できる地域情報ツールです。

第4章

コトブキンちゃんのてくてく健康MAP

このマップは、横浜市中区の地域情報をまとめたものです。マップ上に、以下の施設や場所が位置しています。

- 不老町地域ケアプラザ (平日 10:00-16:00)
- ことぶきふくし寿福祉プラザ (平日 8:45-17:00)
- 寿福祉センター保育所
- ことぶきせいかつかん寿生活館 (学童保育や集会所など)
- 寿町健康福祉交流センター 健康コーディネート室 (平日 9:00-17:00)
- 横浜文化体育館
- カクヤス
- みんな庵
- ポートビア横浜
- カラバオの会
- 木楽な家
- 寿公園
- 寿クリーンセンター
- 木のむかひの里 東京山
- しづラザ (かながわ労働プラザ)
- EC.Kits
- ことぶき共同診療所
- 横浜家庭裁判所
- 横浜市立みなと総合高校
- 横浜スタジアム
- 横浜市中区生活支援課 (平日 8:45-17:00)
- 加賀町警察

マップの下部には、3つの散歩コースが示されています。

- 朝の自然とふれあい、病院も確認できちゃうコース (午前9時スタート推奨) 平均 1400 歩
- こんなところにこんなものが！意外な発見コース (寿公園午前8時スタート推奨) 平均 1700 歩
- せっかくだから中華街を感じるコース (寿公園午前8時半スタート推奨) 平均 1400 歩

コースの参考です。自分だけのコースを決めて、楽しくお散歩してみましょう♪

このマークが目印です。→

MAP制作:ことぶきゆめ会議
MAPデータ提供: © OpenStreetMap contributors
協力:ことぶき青少年広場、寿ライフ、寿アシスト
2017年6月現在



寿福祉センター保育所



木楽な家



久保山墓地お参り

久保山墓地お参り

1年に1度、ゆめ会議でお参りをします。つながり続けることで、地域の人の心の拠り所となっています。

寿地区はこんなまち！

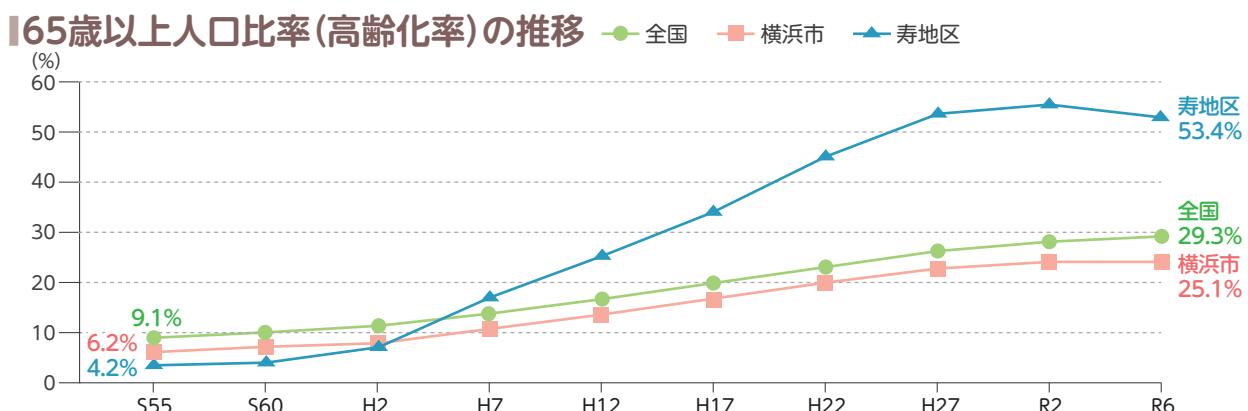
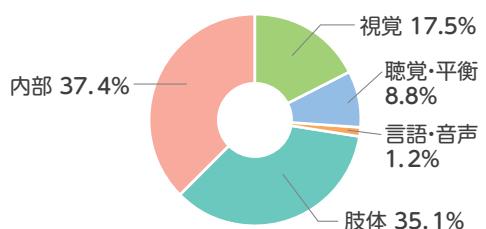
町を含む約0.06km²の範囲に109軒の簡易宿泊所が密集している地域で、約5,300人が宿泊しています。最盛期には、8,000人以上の労働者達でにぎわった寿地区も住民の高齢化と生活保護を受給する人が増加し、「福祉ニーズの高いまち」へと変容しています。令和元年には、横浜市寿町健康福祉交流センターがオープンし、高齢化に対応した交流や防災の取り組みを進めています。

寿地区の統計データ

令和6年11月時点で簡易宿泊所に5,261人が宿泊しており、ほとんどが単身世帯です。

高齢化率は50%を超えており、そのスピードは全国、横浜市全体を大きく上回り、平成に入ってから急激に高齢化が進んでいます。高齢者の中でも75歳以上が5割弱を占めています。65歳以上で要介護認定を受けている住民は929人で、高齢者全体に占める割合は34.4%となっています。また、1~3級の身体障害者手帳保持者は241人です。要介護者や障害のある住民も多い「福祉ニーズの高いまち」といえます。

令和6年度 障害種別内訳の割合



令和6年度 要介護者数調査の結果

区分	要介護	要支援	計
5	40人		
4	119人		
3	206人		
2	314人	144人	
1	141人	50人	
計	820人	194人	1,014人(うち65歳以上は929人)

身体障害者数の推移

年度等級	2	3	4	5	6
1級	110人	126人	124人	116人	115人
2級	65人	82人	82人	76人	74人
3級	63人	62人	65人	51人	52人
計	238人	270人	271人	243人	241人

データ出典:「横浜市寿福祉プラザ相談室令和7年度業務概要」

第5期計画はこのように作りました

ゆめ会議を中心に話し合いをしてきました。ゆめ会議とは、寿地区地域福祉保健計画推進会議の愛称です。多くのことを話し合い、多くのつながり・学びが生まれる機会になっています。寿の元気いっぱいとん結びを推進しています。



ゆめ会議



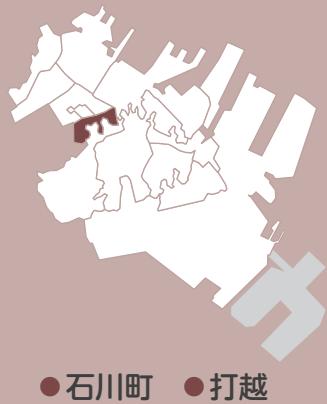
寿センターマルシェ

中区地域福祉保健計画

石川打越地区

目指すまちの姿

住んでいる皆さんの支え合いや、
助け合いが生き、幸せだなと感じられるまち



●石川町 ●打越

みんなで仮装して
ハロウィンパーティ



1: 様々な見守り活動を通し、地域の繋がりを拡げ、 健康寿命を伸ばします

- 見守り事業でもある活動を継続し、住民の繋がりづくり、健康づくりの機会を拡大していきます。
- 特定の担い手に頼る仕組みから、スポット的な参加や地域活動の参加者も担い手として活躍できる仕組みづくりを進めていきます。

2: 地域の大人と子どもの交流から、大切な絆を作ります

- 観劇会、ラジオ体操への参加者が引き続き増加するように、内容や開催日などを工夫して実施していきます。
- 新たに立ち上がった子育て支援ネットワーク等とも連携し、地域での子育ての取組を拡大していきます。

3: 防災は自助・共助・公助から

- 誰もが地域防災拠点を開設できるよう、防災訓練を繰り返し同じ内容で実施し、理解を深めていきます。
- 防災フェスタは地域住民の参加しやすさと学びの内容を検討し、他団体との連携も含めて、地域住民の防災への意識を高めます。

これまでの計画(第4期計画)の振り返り

コロナ禍を経てなお、【継続】することを意識して、地域の活動を推進しています。健康会食会、ふれあいサロン、スイーツ会などを定例的に開催することで、地域住民同士の見守り活動を推進することができました。生活支援を目的としたほっと石打の活動は、【地域をつなごう あいさつで】をテーマに活動を進めています。

そのほかにも、敬老観劇会やラジオ体操、バス旅行、ハロウィンパーティなど子どもから大人まで多くの方が参加できるような取組を、地区内の各団体が連携を取りながら推進しています。

「防災は自助・共助・公助から」をキーワードに、防災訓練や防災フェスタなどで、地域住民の防災意識の向上を図ってきました。

一方で、石川町駅を含む東西に細長い地域であるため、活動の開催場所によっては、参加する住民の偏りが見られました。地域全体で子育てを推進していますが、どの子が【石打っ子】かの把握が難しく、働きかけや把握に課題を感じます。

引き続き、見守りや防災訓練など地域全体での活動を推進していきながら、新たに立ち上がった子育て支援ネットワークなどとも連携し、「子どもは宝」の意識を醸成し、子どもたちが小さい時から地域とのつながりを感じられる取組を進めています。



石川打越地区はこんなまち！

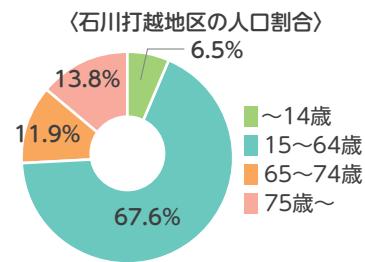
住宅地、商業地として発展をしてきた地区。通りを歩けば親しみやすい下町風情が感じられます。地域の結びつきが強く、地域活動が活発に行われています。地蔵坂、牛坂、遊行坂など急こう配が多く、坂のまちの一面もあります。



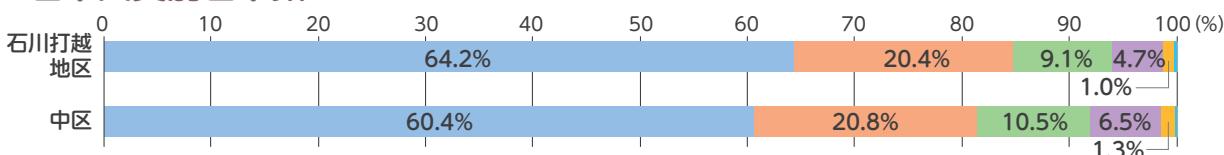
石川打越地区の統計データ

人口

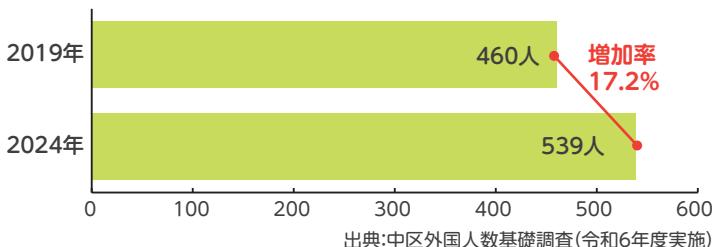
	合計	~14歳	15~64歳	65~74歳	75歳~
石川打越地区	4,419人	291人	2,989人	529人	610人
	100.0%	6.5%	67.6%	11.9%	13.8%
中区	155,313人	14,103人	104,356人	16,773人	20,081人
	100.0%	9.0%	67.1%	10.8%	12.9%



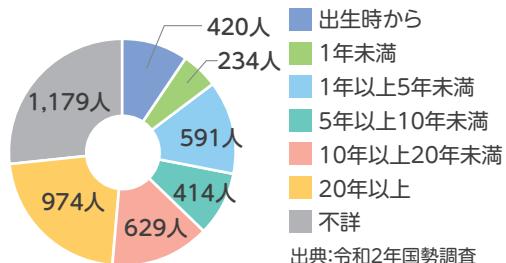
世帯人員別世帯数



地区内の外国人数の状況



住民の居住年数



出典:令和2年国勢調査

人口は減少傾向にあり、14歳以下の割合は区平均より低くなっています。65歳以上の割合は区平均より高くなっています。

居住年数を見ると20年以上の割合が高く、長く地域に住んでいる人が多い地域です。

外国人数は増加しており、全体の1割以上を占めていて、14歳以下の人口より多くなっています。

出典記載のないものは「横浜市統計情報ポータル」(令和7年3月現在)より引用しています。

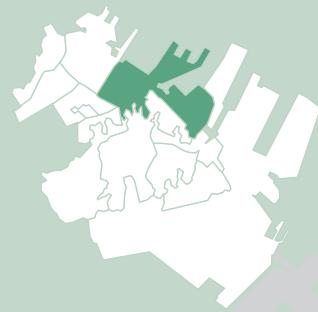
第5期計画はこのように作りました

石川打越地区では自治会町内会、民生委員・児童委員、地区社協等の地域で活動されている方の交流会を開催しました。

第4期で推進されたこと、取組の成果等を共有し、意見交換を行い、計画にまとめました。



中区地域福祉保健計画 第2地区



目指すまちの姿

国際色豊かで、多様な文化と笑顔が交差する
高齢者も子育て世代も住みやすい
きれいなまち

- 新山下一丁目
- 新山下二丁目
- 新山下三丁目
- 元町
- 山下町

ふれあいサロン
米国ジョージメイソン大学の
学生との国際交流



1:「えん結び」

声かけ合って支えあう、子どもから高齢者までずっと住みたいまちにします。

- ふれあいサロンを毎週開催し、敬老会やクリスマス会などの季節の行事、音楽演奏や工作などの参加型プログラムなど、参加者が充実した時間を過ごせるよう、内容を工夫しながら、顔の見える関係づくりを続けます。また、保育園児との世代間交流や、米国の大学生との国際交流にも取り組みます。
- ひとり暮らし高齢者見守り世話人会では、見守りを通じた地域のセーフティネットづくりに取り組みます。
- 夏祭りやおとなりサンデーなど、地域のみんなが楽しく、世代間交流や多文化交流ができる場を大切にします。
- 第2地区連合町内会の定例会では、第2地区内にある新山下地域ケアプラザ、中区障害者支援拠点みはらしポンテ、中区後見的支援室らるごの3つの機関も参加し、情報交換しながら、顔の見える関係づくりを続けます。



ふれあいサロン(敬老会)

2:「元気いっぱい」

健康づくりの取組で、みんなが笑顔で活気あふれるまちにします。

- 健康麻雀や太極拳、ラジオ体操など、地域みんなで笑顔いっぱいに健康づくりに取り組みます。
- ふれあいサロンでは、運動にもなる盆踊り(中区みなど音頭、山下町音頭、炭坑節など)を、夏祭り本番を目指し、年間を通じて練習し、踊る人も観る人も笑顔でいっぱいにします。

3:「きれいなまち」

地域みんなで、きれいで安全なまちにします。

- 第2地区花いっぱい運動では、みはらしポンテの皆さんと一緒に、チューリップの球根植付けや水やりなどのお世話を続け、新山下運河沿いを、花いっぱいに、地域のみんなが通るのが楽しい場所にします。
- 第2地区内にある学校の子どもたちも参加する中華街クリーンアップや公園愛護会、ハマロード・ソポーターなど、地域の清掃活動を通じて、きれいで安全な、住みやすいまちにします。



これまでの計画(第4期計画)の振り返り

できることから、みんなで育てる地域の絆!

毎週金曜日開催のふれあいサロンでは、コロナ禍でも、アイデアを出し合い、内容を工夫しながら継続しました。ひとり暮らし高齢者見守り世話人会の活動の充実や、夏祭り・地域清掃など子どもから高齢者まで多世代がふれあう活動、みはらしポンテの皆さんと一緒に取り組んだ花いっぱい運動など、様々な活動を通じて、地域の絆を育みました。また、健康講座やラジオ体操など、まちぐるみで健康づくりに取り組みました。



第2地区花いっぱい運動(新山下運河沿い)



第2地区はこんなまち!

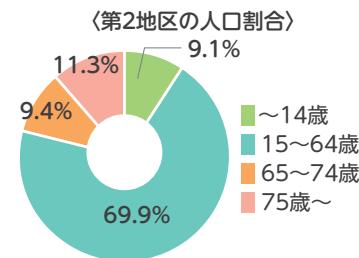
横浜元町ショッピングストリートや横浜中華街、山下公園などの観光地があり、開港の歴史や国際色豊かな文化が息づき、外国人も多く暮らしています。新山下運河沿いは、地域の憩いの場です。地域では多世代の交流も盛んで、夏祭りなどでは子どもたちも活躍しています。

ふれあいサロンでの高齢者の見守りや、健康づくりの活動も活発に行われています。

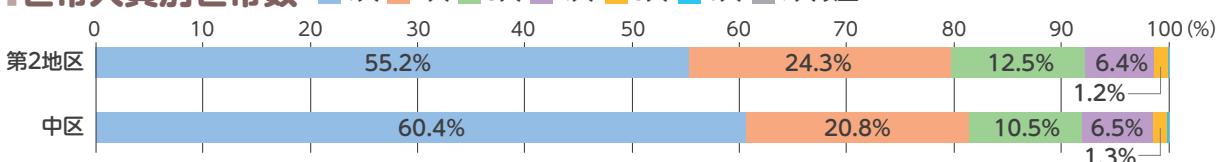
第2地区の統計データ

人口

	合計	~14歳	15~64歳	65~74歳	75歳~
第2地区	17,776人	1,630人	12,438人	1,685人	2,023人
	100.0%	9.1%	69.9%	9.4%	11.3%
中区	155,313人	14,103人	104,356人	16,773人	20,081人
	100.0%	9.0%	67.1%	10.8%	12.9%



世帯人員別世帯数



地区内の外国人数



人口は減少傾向にあります。65歳以上の割合は区平均よりは低いですが、65歳以上の人口が増加しています。単身世帯が占める割合は区平均より低いですが、全世帯の約半数が単身世帯となっています。

外国人人口は減少しています。国籍別にみると、中国が7割以上となっています。次いで韓国、台湾が多くなっています。

出典:中区外国人基礎調査(令和6年度実施)

出典記載のないものは「横浜市統計情報ポータル」(令和7年3月現在)より引用しています。

第5期計画はこのように作りました

「第2地区中なかいいいネ!推進会議」を偶数月に定例開催し、地区社協メンバーを中心に話し合いを重ねました。

第4期計画で良かったことや今後やりたいことなど、4つのグループに分かれ、グループワークで振り返りました。その結果も踏まえ、一人一人が思い描く目指すまちの姿について意見交換しながら、第5期計画をつくりました。



中区地域福祉保健計画 第3地区

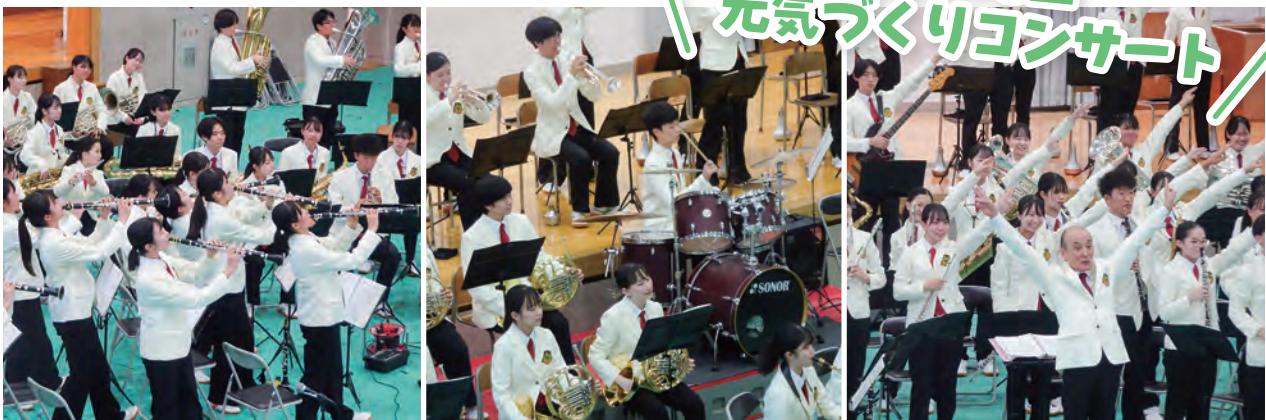


目指すまちの姿

みんなが地域福祉にかかわり、
つながりを持って助け合えるまち

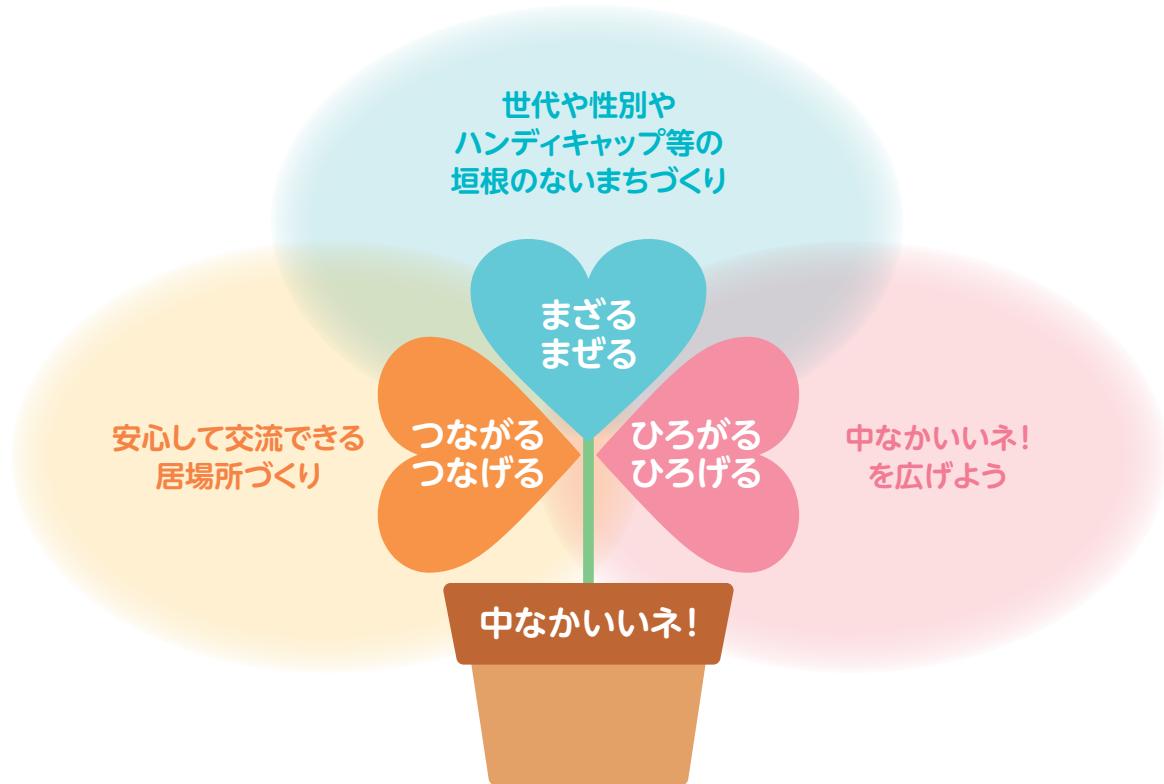
- 上野町
- 柏葉
- 鷺山
- 竹之丸
- 立野
- 仲尾台
- 西之谷町
- 本牧緑ヶ丘
- 豆口台
- 妙香寺台
- 麦田町
- 大和町
- 滝之上
- 山手町の一部

第3地区 元気づくりコンサート



『第3地区元気づくりコンサート』
(出演団体)立野小学校 合唱部／立野小学校 金管バンド部／仲尾台中学校 吹奏楽部／
スフェールアンサンブル／横浜緑ヶ丘高校吹奏楽部
写真は横浜緑ヶ丘高校吹奏楽部です。

第3地区の取組目標



これまでの計画(第4期計画)の振り返り

お楽しみ会(奇数月第3水曜日)

高齢者の健康と親睦を目的として開催。コロナ禍以降はお弁当の持ち帰りが増えました。

各回30~40名の方にご参加いただいています。

ふれあいサロン(毎月第2木曜日)

高齢者の交流、つながりの場として、毎回工夫を凝らしたプログラムを企画し、皆さんの笑顔が印象的でした。

むぎた子育てサロン(毎月第4水曜日)

参加者も増えて、母親のカフェスペースも作り、育児情報交換の場所になってきました。

第3地区元気づくりコンサート

“音楽で町をつなごう”

地区内の小・中・高の合唱や吹奏楽を中心の演奏で、約500名の地域の皆さん方に『シンフォニーで心を奏でる』と好評でした。

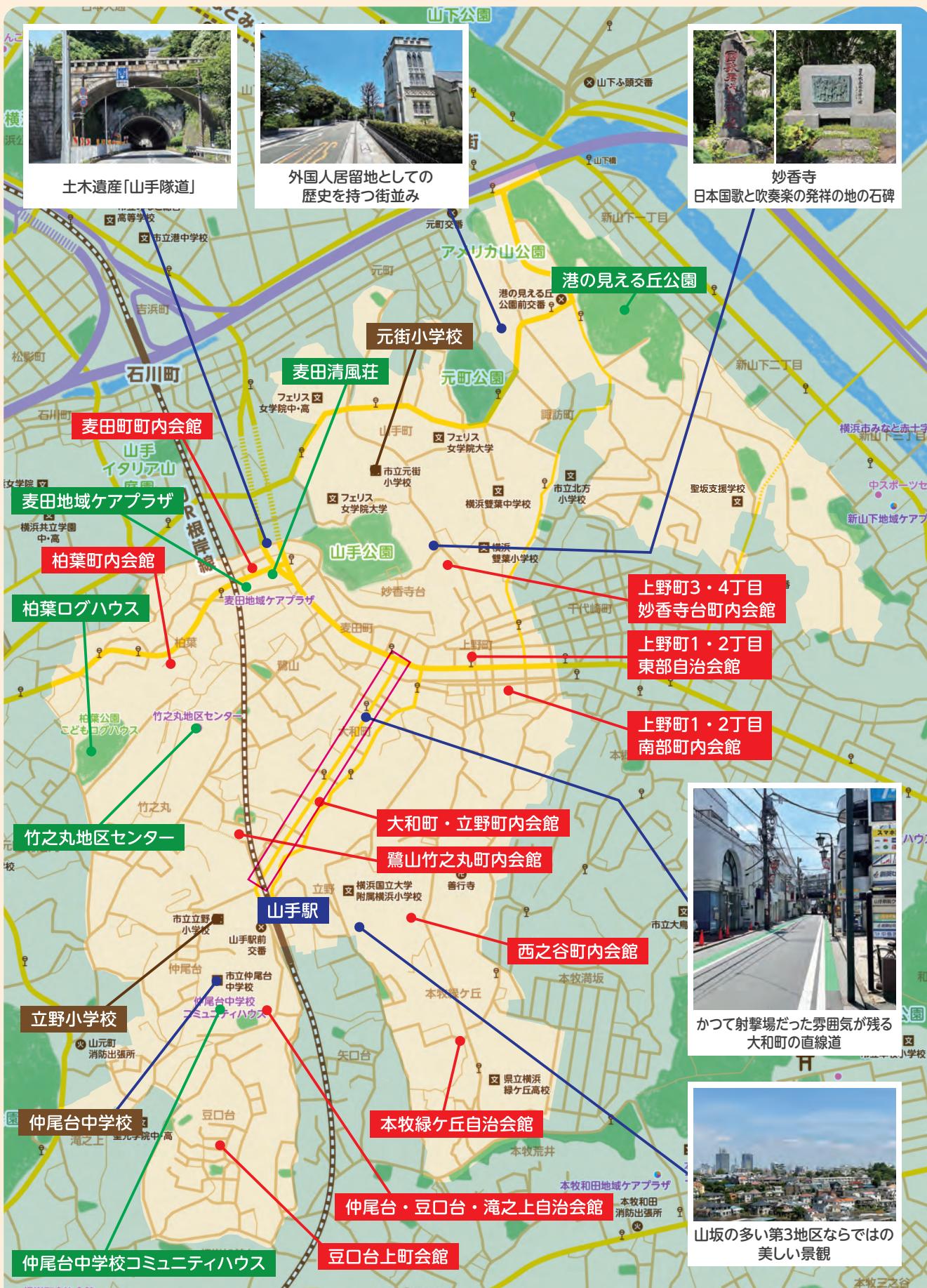
ふらっと麦田ストリートコンサート

誰もが気楽に参加できるコンサート。世代を超えて、多くの来場者が見えました。

困りごと引き受け隊

毎年相談件数が増えていますが、担い手不足もあり、メンバー減少が課題です。

組織が大きいため、友愛活動も盛んに進めることができました



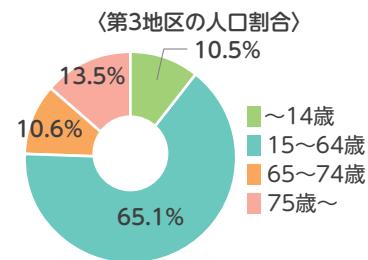
第3地区はこんなまち!

第3地区は、歴史的建造物が多く立ち並ぶ山手エリアや、地縁を大事にした住宅街、人情溢れる下町エリアと多様な魅力と特色を持つ地域です。

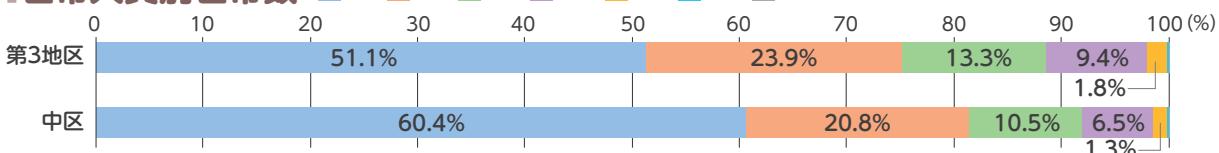
第3地区の統計データ

人口

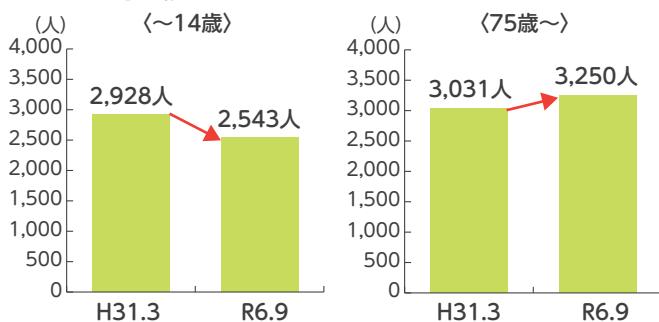
	合計	~14歳	15~64歳	65~74歳	75歳~
第3地区	24,011人	2,543人	15,651人	2,567人	3,250人
	100.0%	10.5%	65.1%	10.6%	13.5%
中区	155,313人	14,103人	104,356人	16,773人	20,081人
	100.0%	9.0%	67.1%	10.8%	12.9%



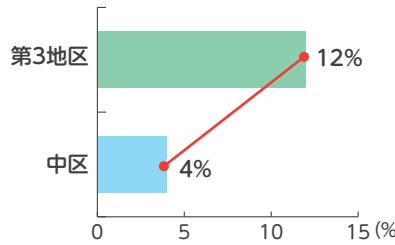
世帯人員別世帯数



人口の推移



外国人のうち 米国・英国出身者の割合



人口、世帯数ともに区内で2番目に多く、2人以上の世帯割合が他地区より高いです。

5年前に比べ、14歳以下の人口が大きく減少しているのに対し、特に75歳以上の高齢者が増加しています。

住民のうち、外国人の割合は約11%で、外国人のうち約12%が米国・英国出身者です。他地区に比べて、米国・英国出身の外国人の割合が高いことが特徴です。

出典記載のないものは「横浜市統計情報ポータル」(令和7年3月現在)より引用しています。

第5期計画はこのように作りました

第3地区の未来を創る！

地域で活躍する様々な団体の代表者で第5期計画の策定のために会議を行い、活発な意見交換を行いました。

地区に住む皆さんのが自分事として一緒に取り組めるように、分かりやすい計画を目指しました。

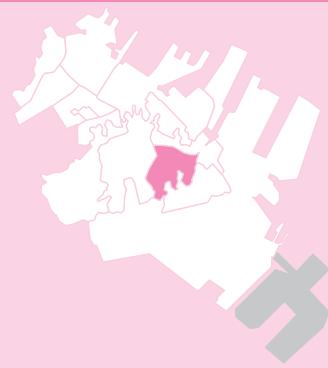


中区地域福祉保健計画

第4地区南部

目指すまちの姿

声がかけあえるまち
第4地区南部



● 本郷町 ● 本牧町 ● 本牧満坂
● 本牧荒井の一部



1: もっと地域と活動を知って、 参加してもらって、 地域のつながりを作ります。

- マリンFMやSNSなど様々な情報媒体を活用し、歴史、文化、名所、伝統、豊かな自然などたくさんの魅力や地域情報を伝えていきます。
- 地域活動の担い手が減っている中で、負担感なく活動できるよう、方法を工夫して、交流する機会を持ち続けていきます。
- 活動している団体同士が連携し、お互いの利点をいかした活動をしていきます。
- こどもの活躍が見られる機会をつくり、若い世代も地域に関心をもてるようにします。



2: 誰もが声をかけ合えるまちにしていきます。

- 住民や地元企業を対象に認知症の理解を深めてもらい、認知症になっても暮らしやすいまちにしていきます。
- より身近な範囲での住民同士のつながりづくりを目指し、サロン等を行います。
- 企業と住民が連携し、ゆるやかに見守る地域づくりに取り組みます。
- 防災訓練やイベント等に障害のある方や外国人などいろいろな人が参加できるよう声をかけます。
- 身近な生活環境を良くするよう声をかけあって考えていきます。



3: 一人一人が自分に合った 健康づくり・つながりづくりを進めます。

- 多世代が参加できるふれあいウォークや大運動会等で、健康づくりを進めます。
- 日ごろからウォーキングやラジオ体操等、身近な場所で、誰もが健康づくり・つながりづくりに参加できる機会をつくります。



これまでの計画(第4期計画)の振り返り

こどもから高齢者まで幅広い世代が参加するイベントを通して、多世代のつながりが深まりました。横浜マリンFMやSNSなどの様々なツール、ミニサロンや食事会の集まりの場を通して必要な情報を必要な人に提供することができました。より身近な範囲で、地域に密着したミニサロンや健康教室、防災の取組が進み、近隣住民のつながりが深まりました。4期ではコロナ禍も経験しましたが、できるだけイベント・行事を再開し、つながりをもてるようにしてきました。



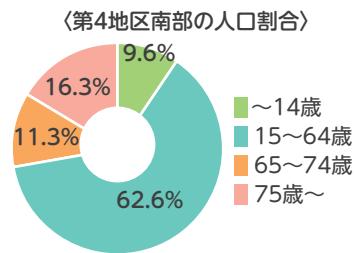
第4地区南部はこんなまち!

開港前からの歴史と戦後のアメリカ文化の影響を受けた独自の本牧文化が形成されています。旧路面電車の通っていた本牧通りには現在では市営バスが頻繁に通り、住民の主要な交通機関となっています。また、急な坂や階段の多い住宅地と平地の商店街エリアからなり、住民が住んでいる場所の大半は丘陵地となっており、移動に課題が生じることもあります。住民同士のきずなは深く、地域でのお祭りやイベントが盛んに行われています。

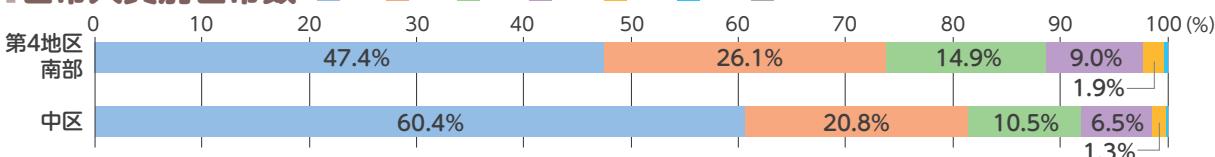
第4地区南部の統計データ

人口

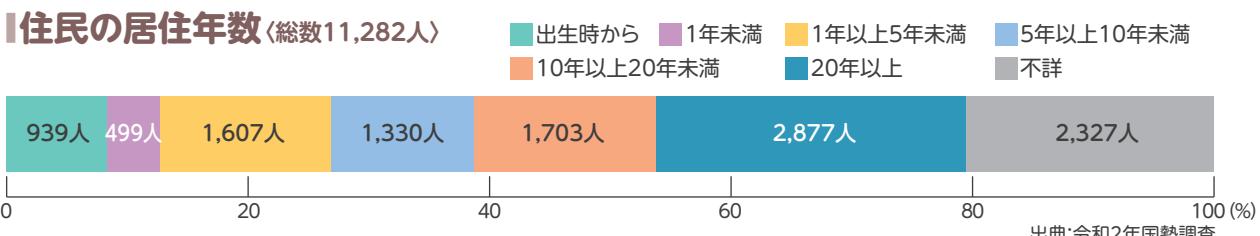
	合計	~14歳	15~64歳	65~74歳	75歳~
第4地区 南部	11,250人	1,085人	7,045人	1,281人	1,839人
	100.0%	9.6%	62.6%	11.3%	16.3%
中区	155,313人	14,103人	104,356人	16,773人	20,081人
	100.0%	9.0%	67.1%	10.8%	12.9%



世帯人員別世帯数



住民の居住年数



出典:令和2年国勢調査

人口の約3割が高齢者であり、中区の平均と比較してもやや高い割合となっています。世帯人員は半数以上が2人暮らし以上となっており、中区の平均と比較すると割合が高く、複数人世帯が多いことがわかります。

住民の居住年数を見ると、20年以上という割合が高く、長くこの地区に住み続けている住民が多いことがわかります。

出典記載のないものは「横浜市統計情報ポータル」(令和7年3月現在)より引用しています。

第5期計画はこのように作りました

「本牧4南元気なまち運営員会」でグループワークやアンケートを実施し、地域活動を振り返りました。



中区地域福祉保健計画 第4地区北部



目指すまちの姿

こどもたちの「ふるさと」になるまち
～安心して住みやすい誇れるまち～

- 北方町一丁目
- 北方町二丁目
- 千代崎町一・二・三丁目
- 千代崎町四丁目
- 小港町一丁目
- ビューコート小港
- 小港町二・三丁目
- 諏訪町
- 本牧十二天



第4地区北部の取組目標

1えん結び

参加者も担い手も
楽しみながら仲間をつくり、
ゆるやかに見守り・
支えあえる関係を
作っていこう



防災訓練

- 日ごろから声を掛けあい、助けあえる関係を作り、災害にも強いまちを作ります。
- 行事や活動を通じて、仲間づくりや見守りあえる居場所づくりを続けます。
- 認知症の方や障害者、その家族への理解を広めています。
- 積極的に情報収集し、皆で学び合うことを続けます。

2元気いっぱい

気軽に誰もが参加できる
地域活動を通して、
健康で元気なまちづくりを
楽しみながら進めよう



健康チェック

- 健康チェックやウォーキングなど、楽しみながら健康を高める活動を広げていきます。
- 趣味や特技を活かして活動できる場をつくります。
- みんなで声を掛け合い、町内美化に取り組みます。

3こどもたちは 宝もの

こどもたちが安心して
暮らしやすいまちにしよう



子育てサロンひだまり

- 多世代交流を深め、顔の見える関係づくりを進めます。
- 子育て世代が交流できる活動を続けます。
- 身近な見守り活動で、こどもたちの成長をゆるやかに見守ります。

これまでの計画(第4期計画)の振り返り

1えん結び

高齢者サロンやサークル活動などのつながりづくり、おはやしやもちつき、夏まつりなどの行事、防災訓練や清掃活動などの地域活動等を積極的に行ってきました。その他、民生委員がキャラバンメントとして認知症の啓発活動を行ったり、地域の特性に合わせた防災の勉強会を行ったりと楽しみながら活動の幅を広げてきました。

コロナ禍で活動が難しい時期もありましたが、工夫を重ねて、第4地区北部らしく活動を継続することができました。



もちつき

2元気いっぱい

健康チェックやウォーキング、フレイル予防など、地域の方々が元気に過ごせるよう、健康づくりの活動を楽しみながら積極的に行ってきました。

3こどもたちは宝もの

民生委員を中心に、子育てサロンでの見守りや、登下校時の安全見守りなど、地域全体でこどもたちの成長を見守ってきました。「おとなもこどもも一緒に遊ぼ!」といったイベントも開催し、多世代が交流できる場づくりにも力を入れています。



おとなもこどもも一緒に遊ぼ!



第4地区北部はこんなまち!

この地域は、丘陵地から海辺の埋立地まで東西に広がっていて、昔ながらの雰囲気が残る住宅街やマンションが並んでいるよ。長年住み続けている人が多く、地域のつながりが深い場所だけど、最近では新しく引っ越してくる人も増えていて、子どもの数も少しづつ増えているよ。だから、子どもたちがこの地域を「自分のふるさと」と感じられるように、子どもを中心としたイベントに力を入れているんだ。

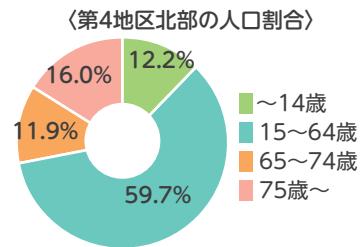
また、外国から来た人たちも地域の一員として自然に溶け込んでいて、多様な文化が共存していることも、この地域の大きな特徴だよ。



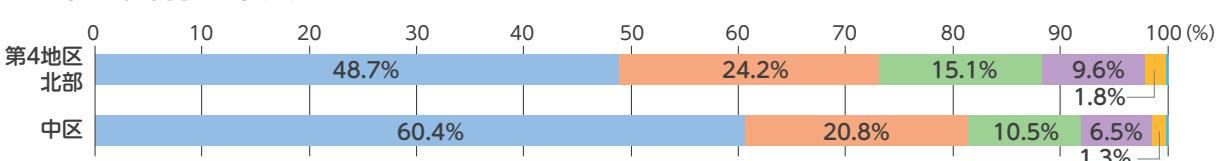
第4地区北部の統計データ

人口

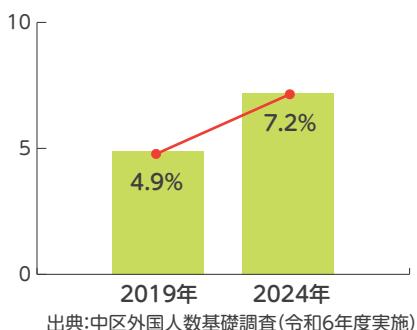
	合計	～14歳	15～64歳	65～74歳	75歳～
第4地区 北部	6,542人	803人	3,907人	782人	1,050人
	100.0%	12.2%	59.7%	11.9%	16.0%
中区	155,313人	14,103人	104,356人	16,773人	20,081人
	100.0%	9.0%	67.1%	10.8%	12.9%



世帯人員別世帯数



外国人割合の推移



高齢者(65歳以上)の割合は約28%で、中区平均(約23%)を大きく超えています。高齢者のみでみると、75歳以上の割合が大きいです。

また、外国人の割合が増えており、多様な文化が行きかうまちです。中国、韓国に続き、インドや米国籍の人が多いのが特徴です。

人口は減少傾向でしたが、この5年で増えてきており、転入者の増加が見られます。それに伴い、14歳以下のこどもが増加傾向で、少子高齢化の中、こどもたちが増えていることがわかります。

出典記載のないものは「横浜市統計情報ポータル」(令和7年3月現在)より引用しています。

第5期計画はこのように作りました

第4地区北部では、自治会町内会、民生委員・児童委員、地区社協、保健活動推進員、消費生活推進員等が集まり、地区別推進会議を開催しました。

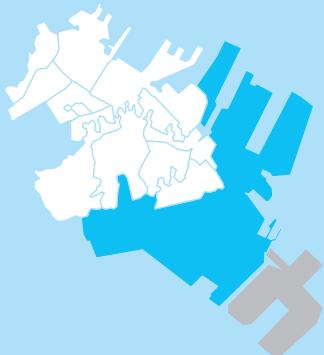
地域ごとに分かれてグループワークを行い、今後、地域で継続していきたい活動や新たに取り組んでいきたい活動、地域で大切にしたい場所などについて意見交換を行い、計画にまとめました。

第5期計画では、これまで行ってきた第4期計画の活動を継続しながら、地域の状況やニーズに合わせて、積極的に情報収集し、皆で学び合い、新しい取り組みも加えていくことになりました。



中区地域福祉保健計画

本牧・根岸地区



目指すまちの姿
未来に向けて
誰もが安心して過ごせるまち
本牧・根岸

- 根岸町 ●根岸加曾台 ●池袋
- 矢口台 ●本牧間門 ●本牧荒井の一部
- 本牧三之谷 ●本牧大里町 ●本牧元町
- 本牧原の一部 ●錦町 ●かもめ町
- 千鳥町 ●豊浦町 ●本牧ふ頭
- 南本牧



大運動会



スプリングコンサート



お馬流し

目標

取組

〈区計画の視点〉えん結び

- 誰もが気軽に参加でき、交流することができる場や機会を増やします。

- 引き続き様々なイベントを実施し、多世代交流や新たな出会いが生まれる地域にしていきます。
- 子ども達の企画・実施を、大人がサポートする機会を検討します。

- 地域のつながりを深め、住民同士で緩やかな見守りができるまちを目指します。

- 声かけ、あいさつが飛び交う雰囲気を大切にします。また、SNSの活用を進めつつ、人と人がつながる地域づくりを今後も心がけます。

〈区計画の視点〉元気いっぱい

- 誰もが健康に暮らし続けることができるような取組を進めます。

- ラジオ体操など、世代を超えた健康づくり活動を今後も実践し、孤立しない、多世代交流が当たり前と思える地域にしていきます。

- 災害時に地域住民が力を合わせて対応することができる地域をつくります。

- 障害者、高齢者、子育て世帯などの防災訓練への参加が増えるよう工夫し、日ごろから助け合いのできるまちを目指します。

これまでの計画(第4期計画)の振り返り

【えん結び】

SNSの活用や参加対象を広げる等、実施方法や周知方法を工夫しました。その結果、イベント参加者が増えました。これからも、デジタル媒体を活用して、さまざまな世代に工夫して地域の情報を発信していきます。

【元気いっぱい】

ラジオ体操や大運動会には、たくさん的人が参加してくれました。多世代の交流がより促進されるよう、今後も、各地域ごとの特性に応じた、誰もが参加のしやすいイベントを開催していきます。

また、小学生・保護者を交えた防災訓練を実施するなど、住民の防災意識の向上につなげることができました。



本牧・根岸地区はこんなまち！

古い伝統があり、おしゃれな町並みの閑静な住宅街と、埋立地の埠頭や工場、製油所などがある地区だよ。大規模マンションには若い世代が多く、様々な世代の活動や交流が活発に行われているんだ。

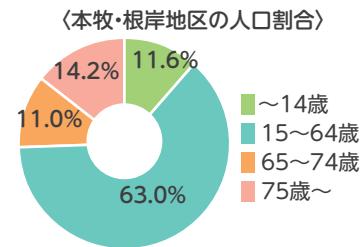


本牧・根岸地区の統計データ

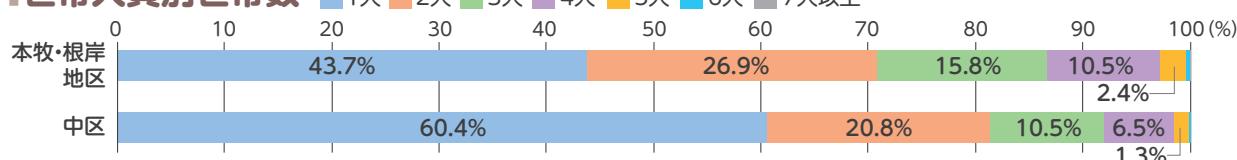
中区全体と比較すると高齢者、子どもの割合が高くなっています。また、単身世帯よりも2～4人世帯が多い地域です。未就学児の保護者を対象に実施したアンケート調査では、ご近所づきあいは7割程度(あいさつや立ち話もするようなお付き合い)、3割の人が地域とのつながりが強いと感じているようです。

人口

	合計	～14歳	15～64歳	65～74歳	75歳～
本牧・根岸地区	26,585人	3,092人	16,767人	2,939人	3,787人
	100.0%	11.6%	63.0%	11.0%	14.2%
中区	155,313人	14,103人	104,356人	16,773人	20,081人
	100.0%	9.0%	67.1%	10.8%	12.9%

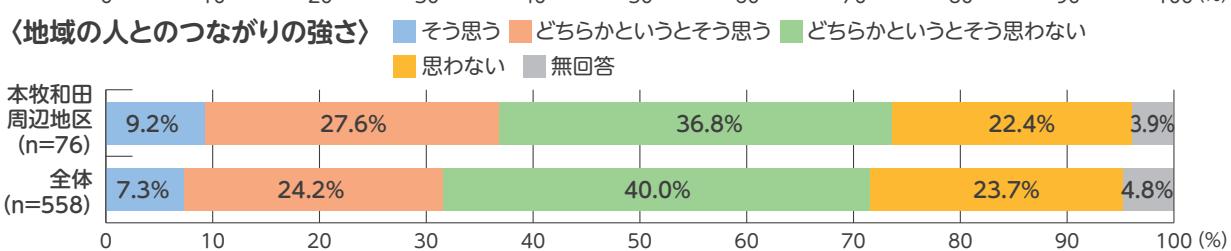
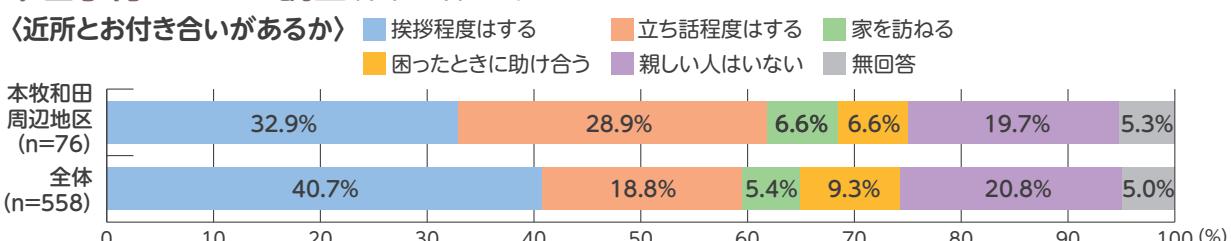


世帯人員別世帯数



中区子育てニーズ調査(令和6年)より

※未就学児の保護者が対象



出典記載のないものは「横浜市統計情報ポータル」(令和7年3月現在)より引用しています。

第5期計画はこのように作りました

本牧・根岸地区では、町内会ごとに第4期計画の振り返りや、第5期計画策定に向けた検討を行いました。また、「高齢」「障害」「子ども」それぞれの分野で、地域の方と関係機関・団体との地区懇談会を実施しました。

それらの意見を踏まえ、地区社協理事会内で、第5期計画をつくりあげました。

地区懇談会では、活発な意見交換が行われ、「まずは地域での声かけ・あいさつから始めよう」といった声がありました。今後も、このような懇談会を通して、顔の見えるつながりを大切にていきたいです。



中区地域福祉保健計画 第6地区



目指すまちの姿

自然と歴史の調和・心あたたまる絆・
「このまちが大好き」をつないでいく

- 大芝台
- 大平町
- 塚越
- 寺久保
- 西竹之丸
- 根岸旭台
- 根岸台
- 篠沢
- 山元町
- 滝之上
- 山手町の一部



第6地区の取組目標

目標

取組

**1:魅力的なイベントや場所へ
みんなで参加、つながりを
作ってもっと楽しみます**

地域の活動や根岸森林公園などの特色ある場所を通じて、みんなが幅広い交流を図り、誰もがふれあう町にします。

**2:世代を超えて
地域のつながりを
育み続けます**

お祭りや運動会、その他のイベントを活用した地域交流を推進します。子どもも大人も共に地域の課題を考えます。

**3:つながりを大事にして、
誰もが安心して
過ごせる町にします**

互いに助け合い、みんなが環境に配慮した安心・安全に暮らせる町にします。

これまでの計画(第4期計画)の振り返り

- 第6地区運動会や簗沢地域ケアプラザまつり(みのさわデー)、盆踊りが開催され、多くの世代のふれあう場となりました。また、子ども中心の企画「リトルシェフキッチン」を開催しました。
- コロナ禍を経て作成したイベントカレンダーについて、従来の紙面版に加えWEB版の発信を行い、地域活動を広く周知しました。
- 「ふれあいサロン山元」やその他の町内会で行われている地域交流の場を継続するとともに、「元気プラスノルディック」などのウォーキング、ラジオ体操、介護予防講座等の健康づくりを進めました。
- 高齢者の詐欺被害防止のため、警察署や高校の演劇部等と連携し、防犯をテーマにした演劇を上演しました。
- 根岸森林公園は「まちの宝」。森林公園を活用して「まち全体」の活性化に取組んできました。
- 子どもから大人まで、みんなで「防災」、「地域の安全」、「まちの美化」に取組んできました。





第6地区はこんなまち!

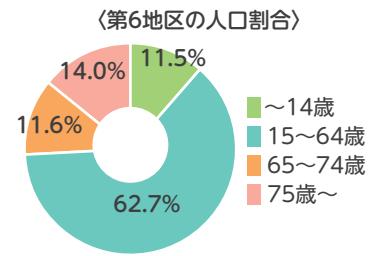
歴史ある丘陵地帯に形作られた地域であり、根岸森林公園を中心に緑豊かで自然と歴史が調和する町です。昔ながらの下町の良さを生かした地域住民の助け合いの精神が息づいており、地域イベントやふれあいの場も多くあります。坂道や階段が多い一方で、富士山や港の見える丘公園などが見える美しい景観が魅力です。

住民の声を生かしたまちづくりを進めています。

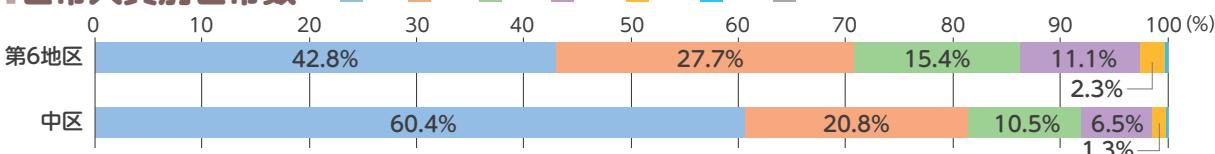
第6地区の統計データ

人口

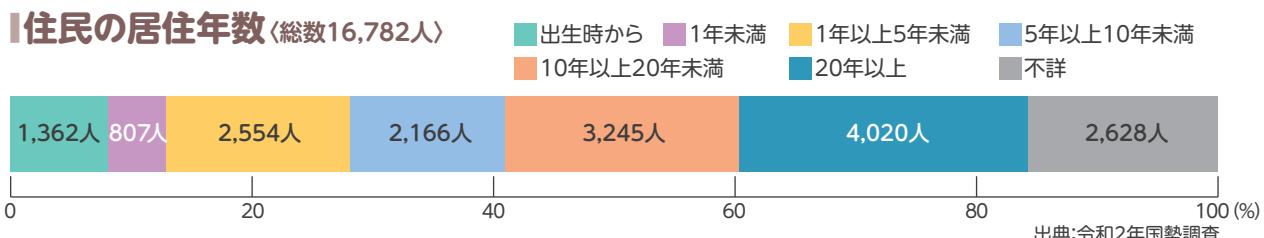
	合計	~14歳	15~64歳	65~74歳	75歳~
第6地区	17,182人	1,976人	10,780人	2,005人	2,421人
	100.0%	11.5%	62.7%	11.6%	14.0%
中区	155,313人	14,103人	104,356人	16,773人	20,081人
	100.0%	9.0%	67.1%	10.8%	12.9%



世帯人員別世帯数



住民の居住年数



出典:令和2年国勢調査

人口は区内で3番目に多い地区ですが、5年前に比べ緩やかに減少しています。14歳以下・15~64歳の人口割合はともに減少していますが、65歳以上の人口割合は増加しており、高齢化率が高くなっています。

対して、高齢者のみの世帯の割合は区内で2番目に低く、一人暮らし世帯の割合も他地区と比べて低くなっています。

また、居住年数は20年以上の人がもっと多く、長く住み続けている人が多いことが特徴です。

出典記載のないものは「横浜市統計情報ポータル」(令和7年3月現在)より引用しています。

第5期計画はこのように作りました

第6地区では、連合町内会、地域の各種団体・施設等で組織された「元気づくり推進協議会」と協議会をサポートする「町づくりプロジェクト」を中心に計画策定に取り組みました。作成にあたり、「第6地区をみんなでつくる」計画となるよう、地域の団体等へのヒアリング(計7団体延べ45人)やアンケート(111件回答)、地元の小学校とのワークショップを実施しました(50人参加)。その結果を踏まえ、「元気づくり推進協議会」で決定しました。



中区地域福祉保健計画

新本牧地区

目指すまちの姿

新本牧は「あいさつ」でまちづくり
～広げよう！つなげよう！「人の和」～



- 本牧宮原
- 本牧和田
- 和田山
- 本牧原の一部

自転車安全教室



防災訓練

1: 子どもを中心に地域を盛り上げ、 困りごとを速やかに察知できる関係を作っていきます。

- 地元の小中学校の行事や取組みに关心を持ち、子どもたちとの交流を深め、街中でも気軽に「あいさつ」できる環境を目指します。
- 中学校の朝の「あいさつ」運動に参加し、顔の見える関係を作ります。
- 高齢者(食事会・サロン等)の集う場に子どもたちが参加できる機会を増やします。

2: 交流の場を充実し、 多世代に渡って助け合えるまちを目指します。

- 地域にある施設や団体、企業と協力関係を深め、地域での参加の輪を広げていきます(施設・団体・企業の行事に積極的に共同参加する)。
- 各自治会のラジオ体操を充実し、健康づくりをしながら様々な世代交流を深めます。
- 夏の本牧神社例大祭(お馬流し)を通じて住民の交流を促進します。

3: 環境面で住みやすい街づくりを通して、 住民が健康で安全に暮らせるようにします。

- 各自治会の清掃活動を充実させまち全体をきれいにします。
- 地区や自治会主催の防災訓練により多くの住民の参加を促していきます。
- 警察や自転車販売店と協力し自転車マナー向上&路上駐車減を目指した広報活動をします。

これまでの計画(第4期計画)の振り返り

- あいさつ運動を継続して実施し、地域の子どもたちと住民の交流が多少進みました。
- 計画後期に小中学生に地域のイベントに参加してもらい内容の充実化を図りました。
- 3地区(第4南部・本牧根岸・新本牧)共催イベント「本牧ライトアップ」を開始し10年目を迎え、年々地区の住民に浸透していきました。
- 高齢者食事会や日帰りバス旅行の充実化を進めました。
- 自治会のない集合住宅で全世代参加型のサロンを立ち上げ、小学校の子どもたちと高齢者や住民が交流を深めることができました。
- 警察協力のもと、自転車安心安全教室を開催し、まちの環境の充実と世代を越えた住民の交流ができました。
- 防災訓練も小学校と連携して地域住民の参加を増やしました。



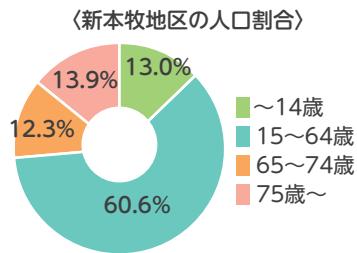
新本牧地区はこんなまち!

米軍の接收地だった土地を新たに開発してきた地域で、開発とともに移り住んだ住民が多いまちです。区画整理により公園や緑に囲まれ、道幅も広く景観が良いのが特徴です。地域の担い手として、現役世代が多く活躍しています。

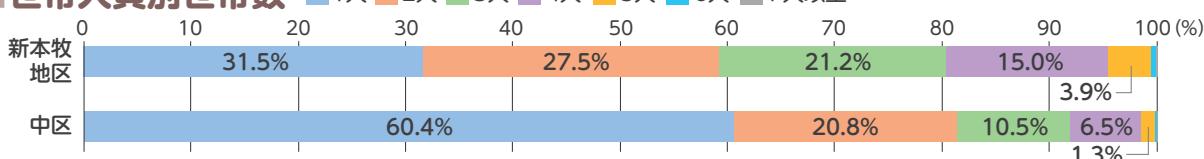
新本牧地区の統計データ

人口

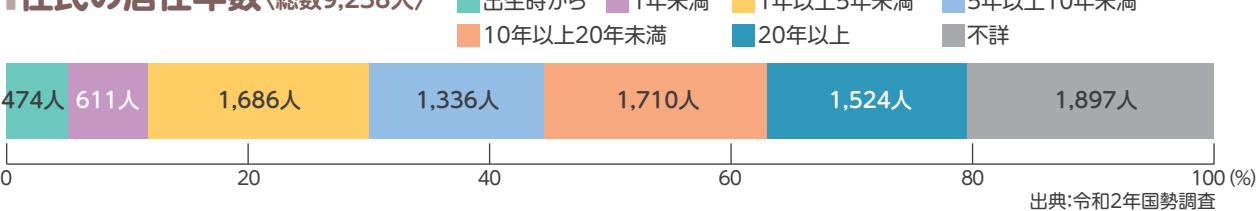
	合計	~14歳	15~64歳	65~74歳	75歳~
新本牧地区	8,941人	1,167人	5,421人	1,102人	1,251人
	100.0%	13.0%	60.6%	12.3%	13.9%
中区	155,313人	14,103人	104,356人	16,773人	20,081人
	100.0%	9.0%	67.1%	10.8%	12.9%



世帯人員別世帯数



住民の居住年数



出典:令和2年国勢調査

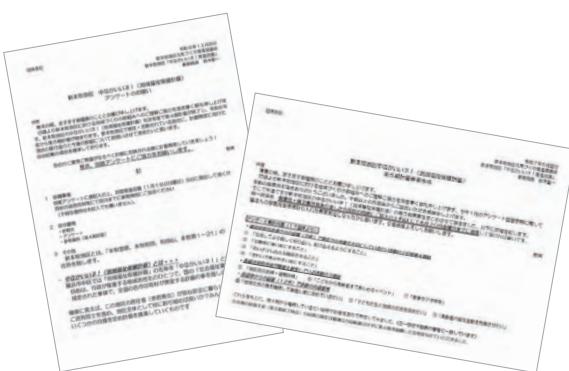
新本牧地区の約2割が65歳以上の高齢者世帯です。働き世代も多く居住しており、7割程度が2人以上の世帯であることから、ファミリー層が多く住んでいると考えられます。

地域の3割程度は10年以上の居住年数になっており、地域に長く住んでいる人も増えてきました。単位自治会ごとに個性的な行事もあり、つながりや交流ができるような個性のある取り組みも見られるようになってきました。様々な世帯が暮らしているため、世代や世帯人員数などを越えて、幅広くつながりをつくっていくことが大切です。

出典記載のないものは「横浜市統計情報ポータル」(令和7年3月現在)より引用しています。

第5期計画はこのように作りました

自治会町内会長、地区民児協、区民利用施設や福祉施設などで構成された「新本牧地区元気づくり推進協議会」で実施したアンケートをもとに計画の原案を作成し、それについて再び意見をもらい、計画を完成させました。アンケートでは、「日ごろの挨拶が大切。そういったつながりが有事の際にも有効に働く。」「交流の機会があり、継続してほしい。」「声をかけ合えるまちにしたい。」などのご意見や、高齢者の見守りや外国人居住者との交流、防災の取組についてのご意見もありました。





地域とのつながりは、こころとからだの健康づくりの第一歩です。あいさつやちょっとした交流など、無理なく、楽しく、できることから地域に関わり、「中なかいいね！」の輪を一緒に広げていきませんか？
健康で笑顔あふれるまちを、みんなでつくっていきましょう。

はじめての「中なかいいね！」ガイド

ステップ1 はじめの一歩

- 近隣の人々とあいさつをする
- 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

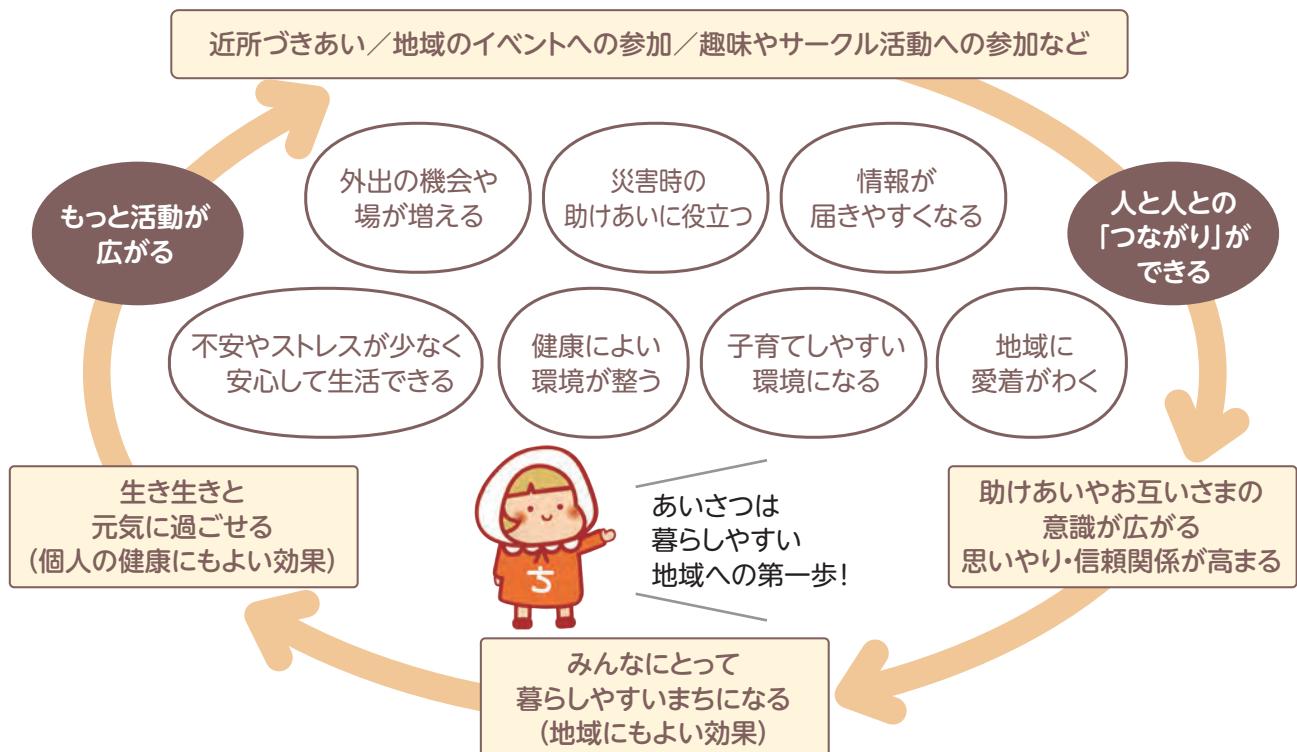
- 自分の趣味や得意なことを生かして、できることから始めてみる
- 区内の施設のホームページをチェックしたり、相談に行ってみる
(地域ケアプラザ、区民活動支援センター、地区センター、区社会福祉協議会 など)

ステップ3 長続きのコツ

- 楽しんで参加する
- それぞれのペースで活動する
- 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

活動を継続すると
健康づくりや
暮らしやすいまちづくりに
つながります。

◆ 人もまちも元気になるつながりづくり



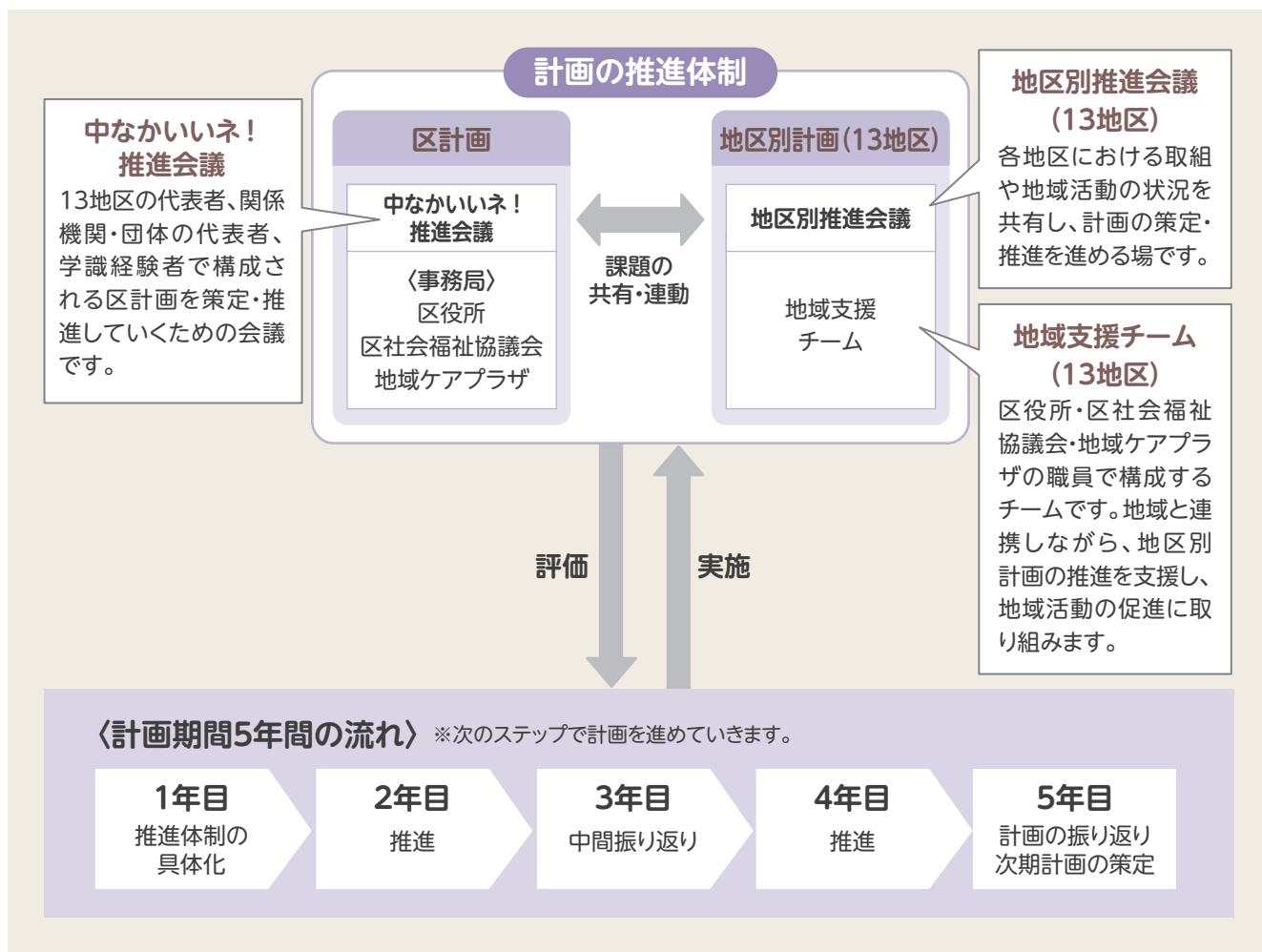
第5章 計画の推進

1 計画の推進体制

中なかいいネ！の進め方

区計画は、中なかいいネ！推進会議を中心として、各地区や関係機関・区役所・区社会福祉協議会・地域ケアプラザなどがそれぞれの役割を確認しながら、協働して推進します。

13地区の地区別計画は、地区別推進会議を中心として、「地域支援チーム」がサポートしながら、地域に暮らす人や活動している人が主体となって推進します。



中なかいいネ！の振り返り方法

〈区計画〉

地域活動の2本の柱「えん結び」「元気いっぱい」と3つの取組の視点「共生社会」「多様なつながり」「愛着心を育む」に基づき、取組を評価します。

〈地区別計画〉

各地区の実情に合わせて、年度ごとに意見交換や振り返りを行います。

人財 仲間を増やす 交流 することで気づく 情報 による動機づけ

区役所・区社会福祉協議会・地域ケアプラザ

2 第5期中なかいいネ！推進委員(令和8年3月現在)

	所 属	氏名(敬称略)
地区代表	〈委員長〉 中区社会福祉協議会、中区連合町内会長連絡協議会、第2地区	松澤 秀夫
	第1北部地区	杉野 芳之
	第1地区中部	芦原 将
	関内地区	井上 圓三
	埋地地区	藤平 保之
	寿地区	梅田 達也
	石川打越地区	織茂 圭贊
	第3地区	石井 清
	第4地区南部	小島 智子
	第4地区北部	山本 秀夫
	本牧・根岸地区	上保 光正
	第6地区	守屋 孝
	新本牧地区	鈴木 聖一
	中区医師会	秋山 修一
関係機関・団体	中区歯科医師会	蕭 敬意
	中区薬剤師会	深澤 仁
	横浜商工会議所	岩橋 真人
	中区障害者団体連絡会	長尾 孝治
	中区ボランティア連絡会	櫻井 光雄
	中区老人クラブ連合会	齊藤 章
	横浜市国際交流協会(なか国際交流ラウンジ)	藤井 美香
	中区小学校長会	小原 健人
	中区中学校長会	亀井 孝洋
	中区地域ケアプラザ	鈴木 知美
	〈副委員長〉 中区民生委員児童委員協議会	梁田 理恵子
	中区主任児童委員連絡会	後藤 清子
	中区保健活動推進員会	青沼 久美子
	中区食生活等改善推進員会	板垣 慈
	中区青少年指導員協議会	辺見 伸一
	中区スポーツ推進委員連絡協議会	森田 真里
	中区地域子育て支援拠点のんびりんこ	石川 義彦
	中区障害者支援拠点みはらしポンテ	島本 洋一
	〈顧問〉 駒澤大学 文学部社会学科社会福祉学専攻教授	川上 富雄

〈第5期計画推進への期待〉



中なかいいいネ！推進会議
委員長
松澤 秀夫

このたび、中なかいいいネ！推進会議の委員長を務めることになりました。地域の皆さんと一緒に第5期計画を進めていけることを嬉しく思っています。これまでのつながりを大切にしながら、見守り力を高める「えん結び」や健康づくりの「元気いっぱい」を育み、力を合わせて取り組んでいきます。

地域の福祉保健は、一人ひとりのちょっとした「できること」から始まります。近所の方に声をかける、地域のイベントに参加するなど、「えん結び」のタネは身近なところにたくさんあります。イベントや活動に参加し、交流することは「元気いっぱい」にもつながります。

これからも皆さんのご協力をよろしくお願いします。



副委員長
梁田 理恵子

副委員長として第5期計画に関わることになりました。困ったときに「助けて」と言えること、気づいて手を差し伸べること、手を差し伸べなくても「気にかけている」ことが大切だと思います。人と人がつながることは、時には面倒に感じることもあるかもしれません、そこには楽しい発見や新しい縁があります。「えん結び」と「元気いっぱい」を合言葉に、さらに温かく住みやすい地域を目指して、皆で力を合わせていきましょう。



顧問
川上 富雄

第3期計画の策定から関わっていますが、区計画の推進に様々な団体が関わっていることに感動しました。第4期はコロナ禍で策定過程も簡素化しながら、活動も慎重にならざるを得ませんでしたが、第5期計画では、福祉のまちづくりに再び全力で取り組めることを期待しています。孤立しやすい社会構造や超少子高齢化という課題に向き合い、少しづつでも縁を結びながら活動が広がっていくことを願っています。



中区長
永井 由香

中区は歴史と文化が息づくまちです。第4期期間中はコロナ禍でも地域の皆さんのが工夫を重ね、活動を継続してくださったことに感謝しています。第5期計画では「えん結び」と「元気いっぱい」の2本の柱を軸に、「共生社会」「多様なつながり」「愛着心を育む」の3つの取組の視点を大切にしながら、区民・団体・企業・行政が一体となって取り組んでいきます。

2027年には中区は区制100周年を迎えます。これまでの歩みを振り返り、未来へつながる地域づくりを進める大切な節目として、「中なかいいいネ！」の取組がより多くの皆さんに広がっていくよう、区役所も取組を進めていきます。

3 計画を推進する団体・組織

中区連合町内会長連絡協議会

暮らしやすいまちづくりを地域の絆から

自治会町内会では、地域住民が交流を深めるため、お祭りや運動会などの楽しいイベントのほか、防災や防犯、清掃活動、地域の見守り活動など、地域住民の日々の暮らしを支える様々な活動を行っています。



中区医師会

300名を超える会員により良質な医療を提供し 区民の皆様の健康を守ります

中区医師会は、気軽に相談できるかかりつけ医を中心に、歯科医師会、薬剤師会、獣医師会と連携して、地域に根ざした健康づくりに貢献していきます。



中区医師会長 秋山 修一

中区歯科医師会

みんなの笑顔は、口からはじまる口からの健康づくりで 中区の健康を守ります

近年、「口の健康は全身に影響する」と、様々な観点から口腔ケアの大切さが取り沙汰されています。中区歯科医師会では、地域医療連携と口腔保健活動を中心に、「中なかいいいね！」に協力するとともに、中区民の皆さんの健康増進と疾病予防に貢献していきます。



中区歯科医師会長 蕪 敬意

中区薬剤師会

地域住民同士のつながりを深める ソーシャル・キャピタルとしての役割を果たし、 地域全体の絆を強める拠点となることを目指しています

中区内には、90店舗以上の会員薬局があります。薬剤師は「医療」の仕事であると同時に、地域住民の「公衆衛生」を重要な使命と考えています。健康についての相談は、まずは薬局へおいでください。



横浜商工会議所

経営の困った！のすぐヨコに

経済界も、中区(民)どもいろいろな縁、で結ばれた区民の一員です。区民の皆様、中区役所を中心とした行政機関、各公益団体の皆様方と協力し、地域福祉の増進や課題の解決に貢献していきます。



中区障害者団体連絡会

当会が地域の方々にとって身近な存在となり、 地域全体が障害を理解、協働する地域支援体制を目指します

障害がある方々が安心して地域生活を送れるよう、様々な研修や地域交流イベントを行ったり、当事者の皆さんとの声を伝えることなどを通して支援につなげていきます。



中区ボランティア連絡会

小さな一歩が街を変える。誰かのためが自分のためになる

当会は中区で地域福祉の推進に取り組み、ボランティア活動を通じて人と人をつなぎ、温かい地域づくりを支えます。また被災地支援や募金活動を行っています。
一緒に仲間づくりをしませんか？
待ってます！



中区老人クラブ連合会

高齢者と呼ばれる年齢に達した今こそ、 私たちの人生の黄金期

「中なかいいま！」の地域活動の2本の柱「えん結び」(地域の見守り力を高める)も「元気いっぱい」(健康づくり)も、中区老人クラブ連合会の目指すものとぴったり一致しています。ともに黄金期をつくっていきましょう。



横浜市国際交流協会(YOKE)

外国人と日本人が地域社会の一員として 互いに理解を深め、 ともに支え合う共生社会を目指します

通訳、翻訳等を通じて外国人住民と地域社会をつなぎ、外国人の地域社会への参画を進めていきます。



中区小学校長会

中区で暮らすことに喜びと誇りをもち、
生き生きと自分らしさを發揮する子どもの姿を目指します

中区小学校長会は、北方小、元街小、本町小、立野小、大鳥小、山元小、間門小、本牧南小、本牧小、みなとみらい本町小の10校で構成しています。それぞれの「まち」にある学校として、地域の方と連携し、教育活動に取り組んでいます。



中区中学校長会

中学生の力で地域を元気に

中区中学校長会は、横浜吉田中、仲尾台中、大鳥中、本牧中、港中の5校で構成しています。様々な国にルーツを持つ生徒が多く在籍する中、互いに理解しながら次代を担う中学生たちがより明るく前向きに学校生活を過ごすことができるよう日々努力しています。中区の「えん結び」の中で活躍できる若い力を育成します。



中区民生委員児童委員協議会

笑顔があふれる温かな地域を目指して、
こどもから大人まで網目のようなつながりづくりを進めます！

民生委員・児童委員は、地域で暮らす人々の課題に気づき、一人ひとりの立場に寄り添いながら、必要に応じて専門機関へつなぐ橋渡し役として活動しています。また、地域行事や交流の場を通じて人と人とのつながりを広げ、住民同士が顔の見える関係を築くことで、支えあえる環境づくりに貢献しています。



中区主任児童委員連絡会

地域における「はなす」「つなぐ」を軸に、子育て支援をできることから

主任児童委員は、民生委員・児童委員の中でも、児童福祉に関する仕事を専門的に担当し、地域の小・中学校や関係機関と連携しながら活動しています。

各地区では、「親子のひろば」「子育てサロン」「赤ちゃん学級」など、子育て家庭を支える場づくりに協力し、皆さんのが安心して子育てできる環境づくりをお手伝いしています。



中区保健活動推進員会

中区の健康づくりを推進！みんな元気で「えん結び」

保健活動推進員会の活動テーマは「地域の健康づくり」です。ウォーキングを兼ねた社会見学・森林公園ウォーキング、保健師さんの協力による健康ミニチェック、子育てサロン、ふれあいサロンでのアメリカの学生との交流、素敵なお講師によるボクシング体操など、各地区で工夫を凝らして様々な活動をしています。声をかけて地域のみんなが元気で笑顔になるように取り組んでいます。



中区食生活等改善推進員会(ヘルスマイト)

「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに
地域ぐるみの健康づくりを目指しています

中区での活動は昭和38年6月から始まりました。食を通してこどもから高齢者まで全世代を対象に、健康課題などを踏まえた健康づくりを推進する活動を行っています。



中区青少年指導員協議会

こども応援団

青少年の健全育成を図ることを目的に、こどもたちの体験活動や親子でも参加できる行事などを行っています。



中区スポーツ推進委員連絡協議会

一緒にスポーツしましょう！
Do Sports 中！

地域に根ざしたスポーツの振興、健康づくりの推進を目的に、こどもから大人まで様々な世代が楽しめる事業を企画していきます。



中区地域子育て支援拠点のんびりんこ

住まいの近くに、親子や子どもの居場所があり、
安心してこどもを生み育て、子育てしていく町を目指します

就学前のこどもと保護者の遊び場・交流、子育て相談・情報提供、子育てサークル支援など、ニーズに応じたサービスの実施・普及促進を行っています。また、家庭的保育を行う人への支援を行っています。地域の中でこどもを預け・預かることで、人と人とのつながりを広げて、地域ぐるみの子育て支援を目指します。



中区障害者支援拠点 みはらしポンテ

障害のある人もない人も「なかのわ」つながるえん結び

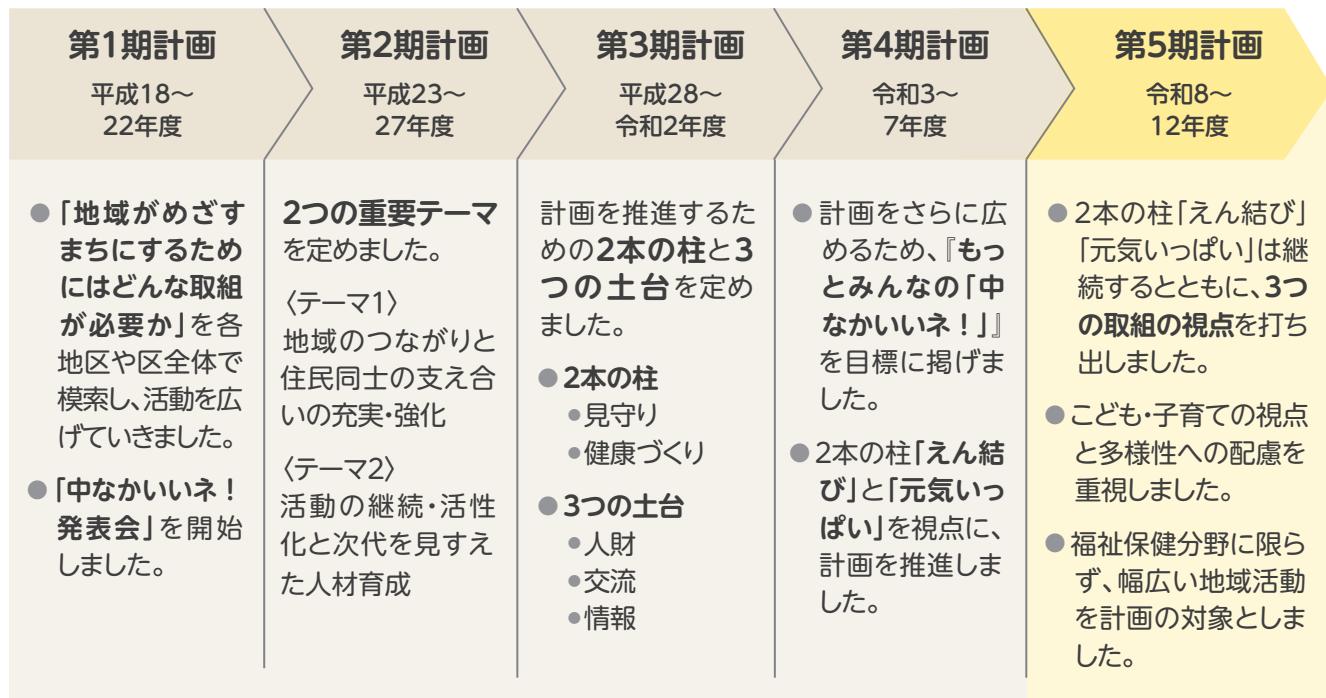
みはらしポンテは、「障害のある人もない人も安心して暮らせるまちにしたい」という思いのもと、身体・知的・精神の障害のある方を対象とした三障害一体のサービス提供施設として生まれました。障害者地域活動ホームと生活支援センターを併設し、人と人、施設、団体をえん結びにしながら、笑顔と安心が広がる地域づくりを進めています。



4 中なかいいね！区計画のあゆみ

地域の声とアイデアを集めて、未来へつなぐ計画へ。

第5期中区地域福祉保健計画「中なかいいね！」は、区民意識調査や地域活動に関わる皆さんへのグループインタビューなど、様々な視点をもとに策定しました。地域の思いを反映したこの計画が、誰もが安心して健やかに暮らせるまちづくりの力となります。



第5期計画の策定に向けた会議・調査・意見収集

第5章

令和5年度

- 中なかいいね！推進会議(5月・10月・3月)
- 区民意識調査

推進会議では、第5期計画の方向性を定めるため、第4期計画の振り返りを行いました。また、区民意識調査の結果から、区民ニーズを把握しました。

令和6年度

- 中なかいいね！推進会議(6月・3月)
- グループインタビュー(10月)
- 子育てワイワイトーク
- 区民意識調査
- 外国人数基礎調査・意識調査
- 子ども・子育てネットワーク推進事業アンケート調査

推進会議でのご意見、地域の皆さんの声、様々な調査結果などを踏まえ、第5期計画の骨子*を作成しました。

*計画の基本的な方向性をまとめたもの

令和7年度

- 中なかいいね！推進会議(6月・10月)
- 第5期計画素案への区民意見募集(10～11月)

骨子をもとに話し合いを重ね、第5期計画の素案をまとめました。その後、区民の皆さんからいただいたご意見を取り入れ、計画が完成しました。

資料編

1 中区の統計データ P82

- ① 人口・世帯
- ② 多文化共生
- ③ こども
- ④ 高齢者
- ⑤ 障害のある人
- ⑥ 働く人・学ぶ人
- ⑦ 健康
- ⑧ 生活・住まい
- ⑨ 地域活動

2 中区子育てニーズ調査 P91

3 中区外国人意識調査 P93

4 関連する計画 P95

1 中区の統計データ

1 人口・世帯

約15万人が暮らす中区。

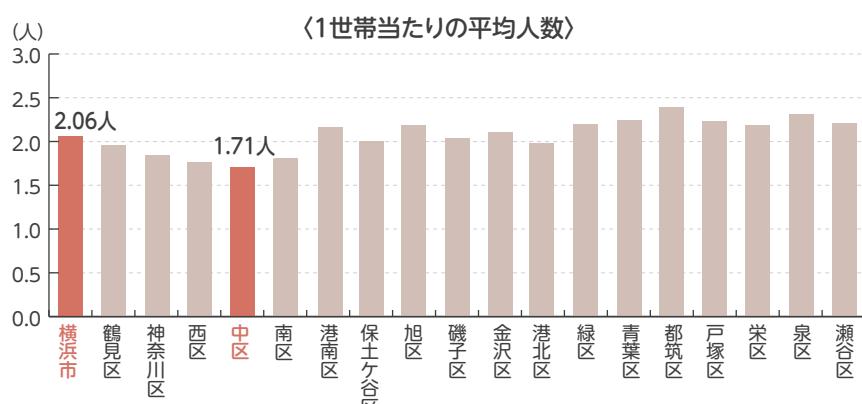
地域の特性を知ることが安心なまちづくりの第一歩です。



人口・世帯の特徴

2025年4月現在、中区の人口は15万3,433人で、18区中14位です。世帯数は8万9,792世帯で、18区中12位です。

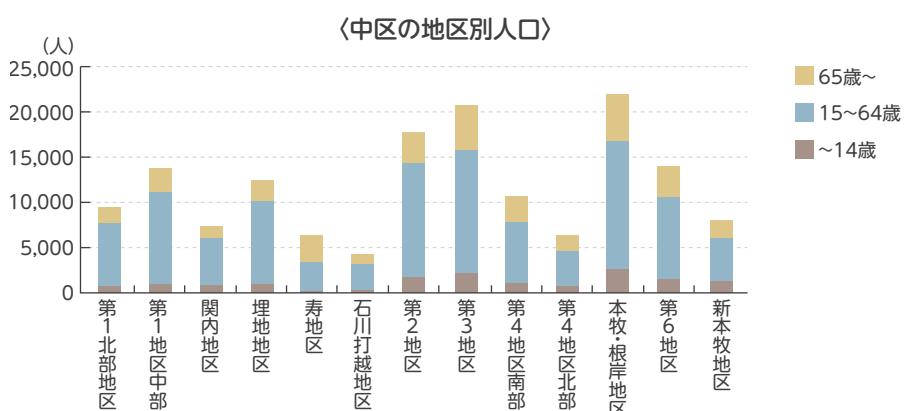
中区の1世帯あたりの平均人数は1.71人で、18区中最も少なく、一人暮らし世帯が多いことも特徴です。



出典:横浜市統計情報ポータル(2025年4月現在)

地区による人口と年齢分布の違い

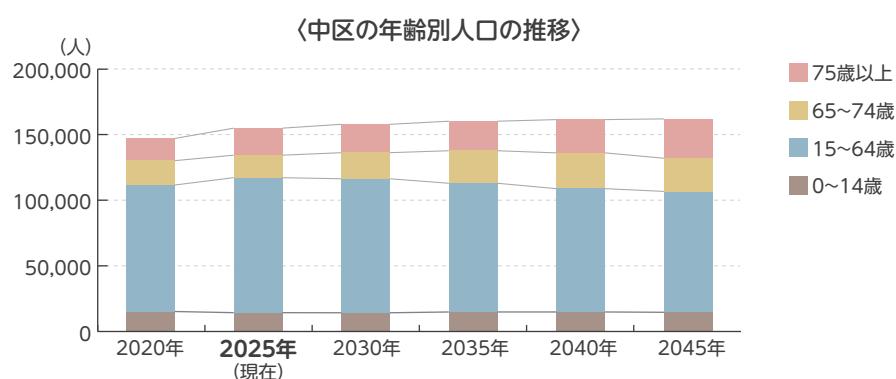
地区別に年代別の人口を見ると、地区によって割合の多い年代に違いがあることが分かります。



出典:中区高齢・障害支援課(2023年9月現在)

将来推計人口

中区の将来推計人口を見ると、2045年まで緩やかに増加しています。年代別に見ると、0~14歳の人口はほぼ横ばい、15~64歳は減少、65歳以上は増加が見込まれます。



出典:横浜市統計情報ポータル

② 多文化共生

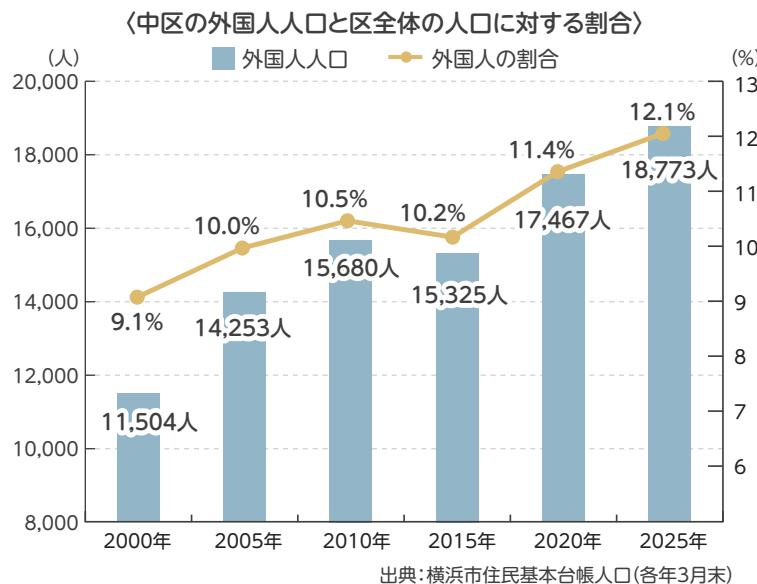
外国人人口の増加に伴い、地域での支えあいの仕組みづくりが求められています。



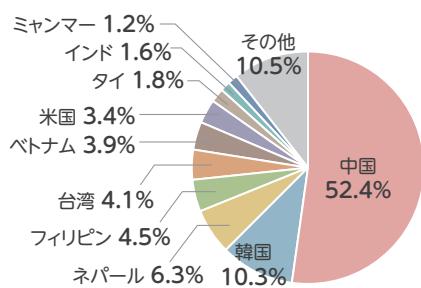
外国人住民の状況

2025年3月末現在、中区の外国人は1万8,773人、外国人割合は12.1%と増加傾向で、いずれも18区中1位です。出身国・地域では、中国が1位で約5割、次いで韓国、ネパールの順になっています。

また、地区別に5年間の人口推移を見ると、区内13地区中8地区で増加しています。

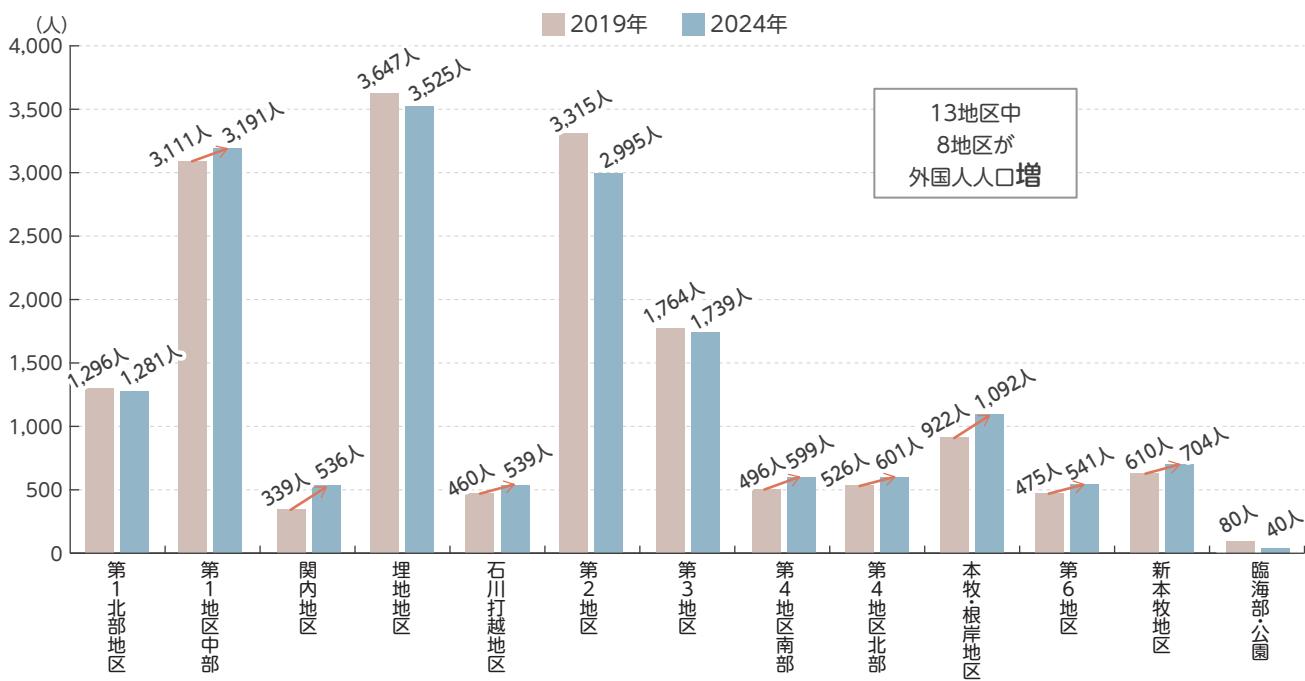


〈中区の外国人の出身国・地域〉



出典:横浜市住民基本台帳人口(2025年3月末)

〈中区の地区別外国人人口の推移〉



③ こども

少子化が進む中区。

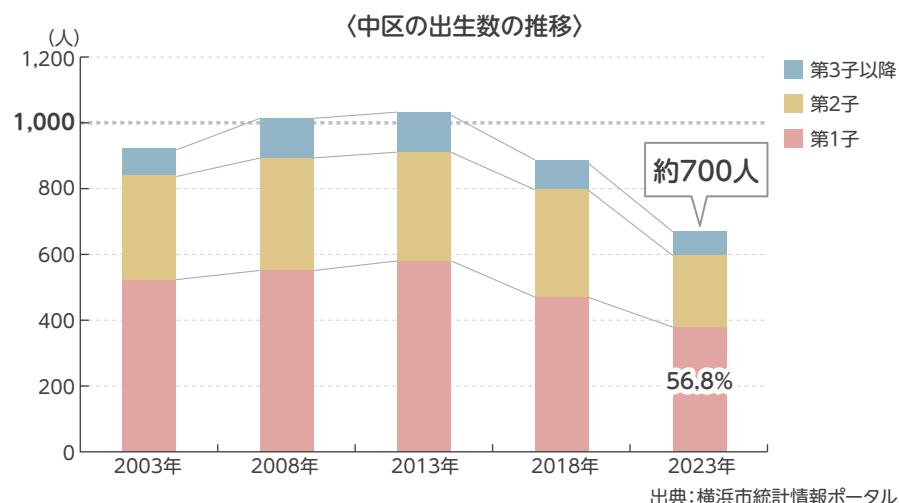
地域特性を踏まえた子育てしやすい環境づくりが求められています。



出生数の状況

中区の出生数は、2013年以降、減少が続き、2023年には約700人になりました。

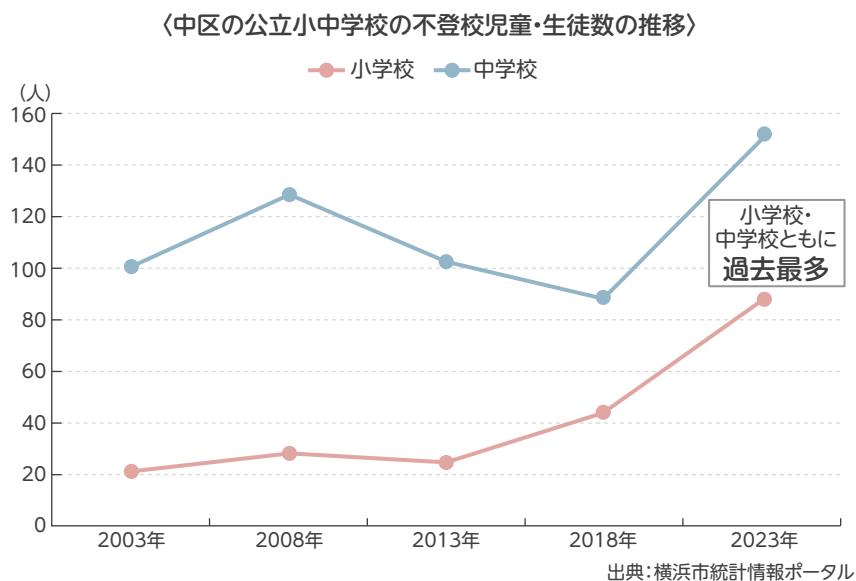
また、出生数に占める第1子の割合は56.8%で、18区中1位です。



不登校の児童・生徒の状況

中区では、2018年以降、不登校児童・生徒数が増加しています。不登校のこどもは、小学生よりも中学生が多くなっています。

※心理的・情緒的・身体的・社会的要因により、年度中に30日以上欠席した児童生徒(病気や経済的理由によるものを除く)



4 高齢者

一人暮らし高齢者が多い中区。

高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らすためには、地域とのつながりが重要です。

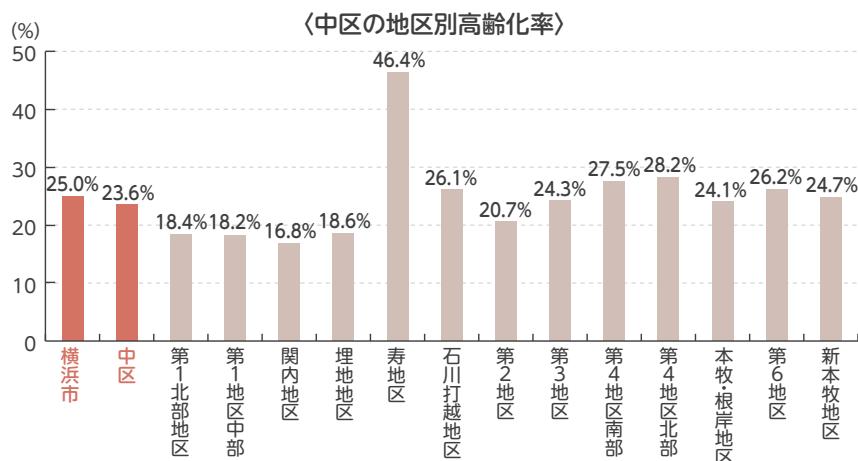


高齢化率

2024年9月現在、中区の高齢化率は23.6%で、市全体の高齢化率25.0%より低く、18区中12位です。区内でも地区によって高齢化率にばらつきがあります。

※高齢化率

総人口のうち65歳以上高齢者の割合



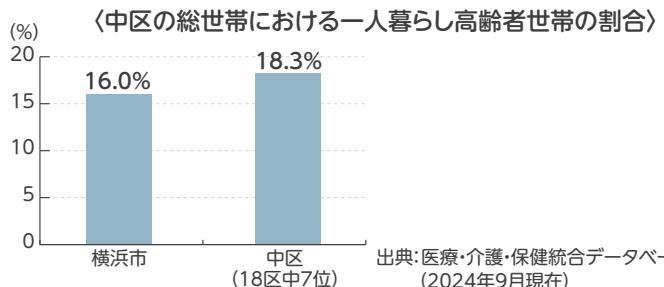
出典:医療・介護・保健統合データベース(2024年9月現在)

一人暮らし高齢者世帯の状況

2024年9月現在、中区の一人暮らし高齢者世帯の割合は18.3%で、市全体の16.0%より多く、18区中7位です。

※一人暮らし高齢者世帯

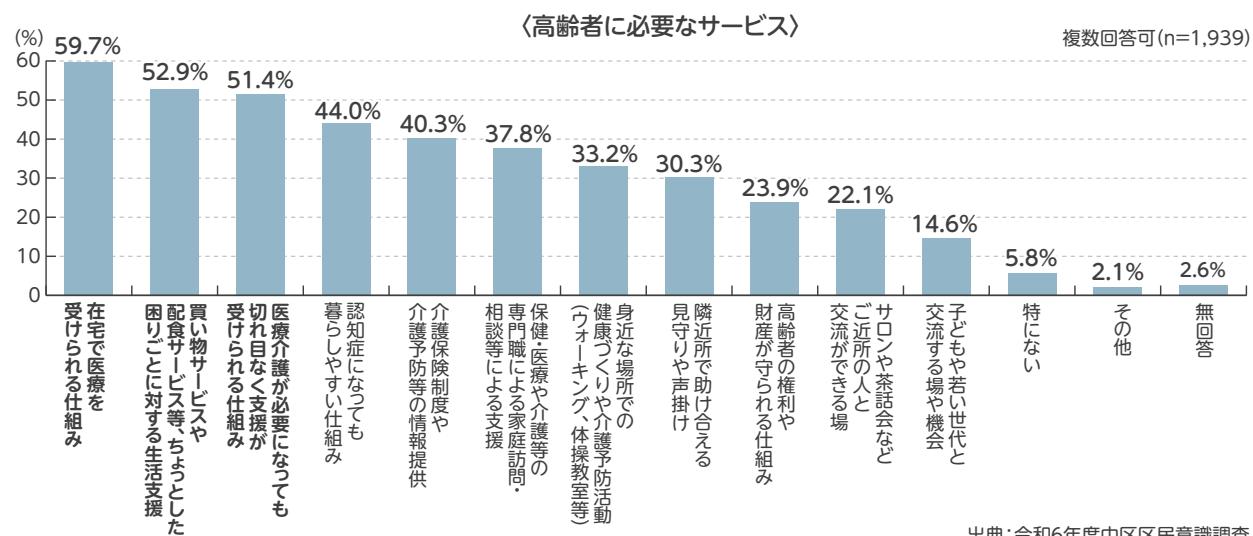
65歳以上の高齢者が一人で暮らす世帯



出典:医療・介護・保健統合データベース(2024年9月現在)

高齢者が安心して暮らすために

高齢者に必要なサービスでは、「日常生活の支援」や「健康管理・医療」などの回答が多くなっています。また、「相談できる場所」や「外出・交流の機会」など、人とのつながりを持てる環境も求められています。



出典:令和6年度中区区民意識調査

5 障害のある人

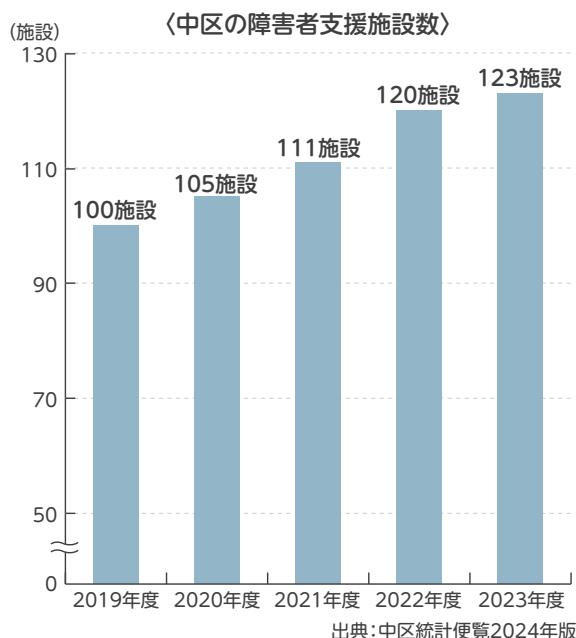
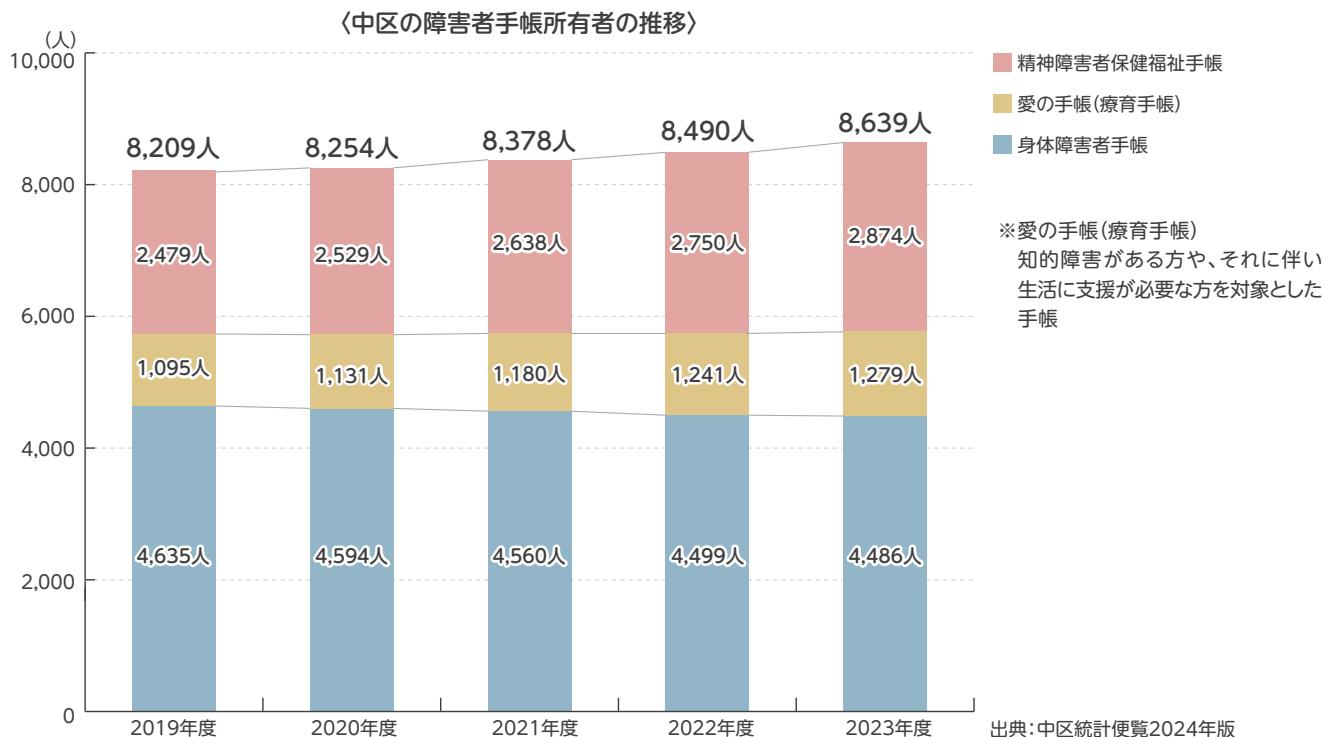
2023年度末現在、中区で障害者手帳を持つ人は8,639人で、人口あたりの所持率は18区中4位です。



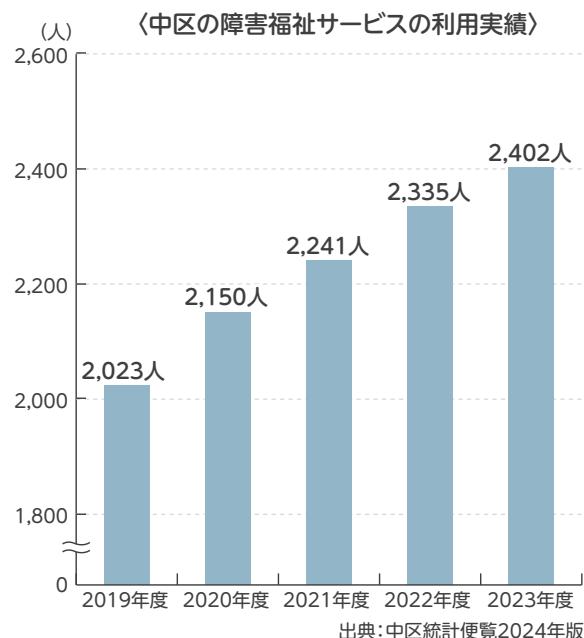
障害者の状況

中区の身体障害者手帳の所有者は減少傾向にある一方で、愛の手帳(療育手帳)と精神障害者保健福祉手帳の所有者は増加傾向です。

また、区内の障害者支援施設数や障害福祉サービスの利用実績は増加しています。



※障害者支援施設
障害のある方が日常生活や社会生活を安心して送れるよう支援する施設
(入所型の支援施設、通所型の生活介護事業所、就労支援事業所、グループホームなど)



※障害者福祉サービス
障害のある方が地域で安心して暮らし社会に参加できるよう提供される公的サービス
(介護、就労準備や訓練、日常生活の支援、相談支援、移動サポートや補装具の提供など)

⑥ 働く人・学ぶ人

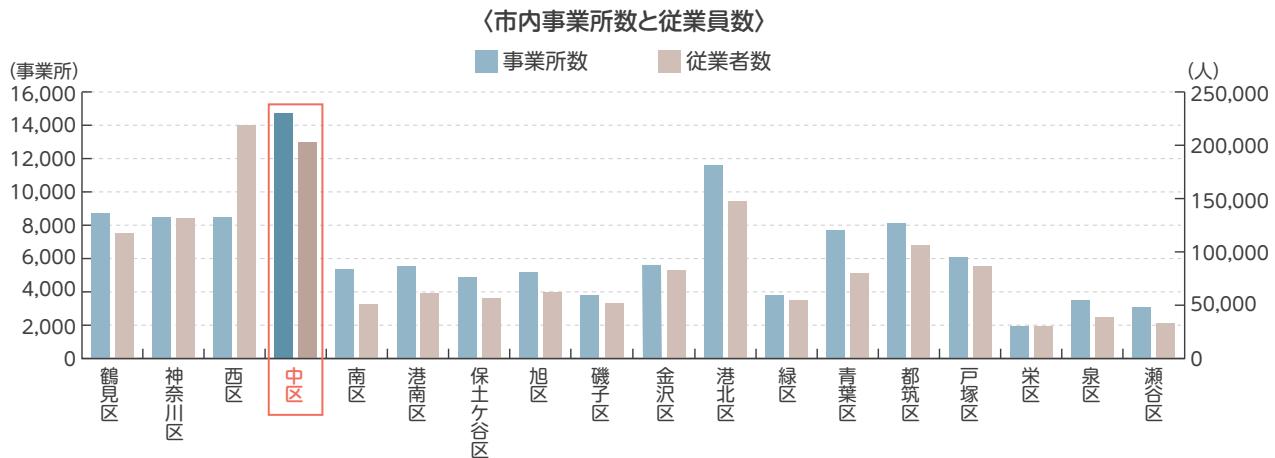
事業所数・昼間人口ともに市内トップクラスの中区。

多くの人が働き、訪れるまちとして、地域のにぎわいと支えあいの仕組みが求められています。



事業所数と従業員数

中区内に事業所は約1万5,000あり、18区中1位です。また、従業者数は20万人以上で、18区中2位となっています。さらに、中区には35の商店街^{※1}と複数の大型商業施設^{※2}があり、買い物や観光に訪れる多くの人にぎわっています。



※1：横浜市商店街総連合会に加入している商店街

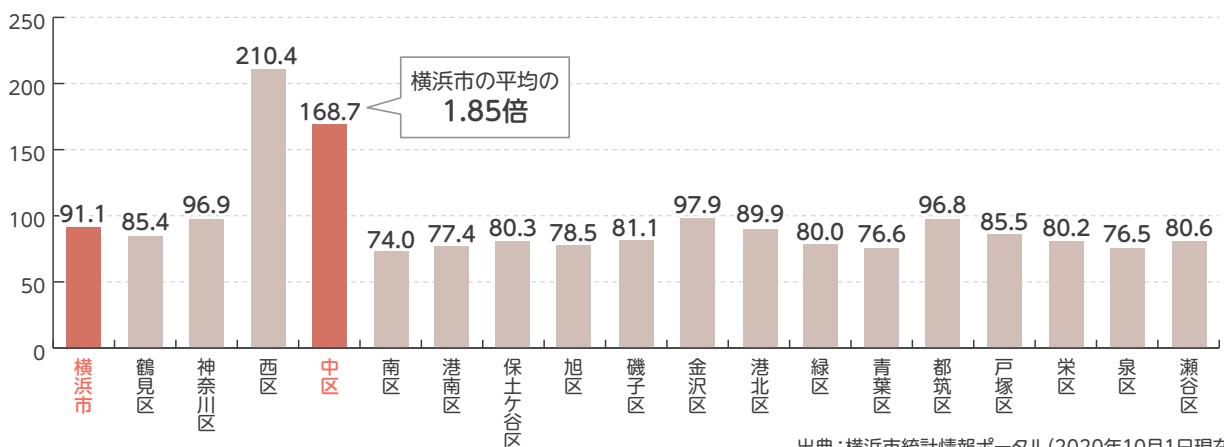
※2：横浜ワールドポーターズ、赤レンガ倉庫、横浜ハンマーヘッドなど

出典：令和3年経済センサス活動調査(2021年6月現在)

昼夜間人口比率

中区の昼夜間人口比率^{*}は168.7で、市平均の約1.85倍あり、昼間人口の多さが特徴です。18区中2位です。

〈昼夜間人口比率〉



※昼夜間人口比率

夜間にその地域に住んでいる人の数に対して、昼間にいる人の数がどれくらいかを示したもの。

(100を超えると昼間の方が人が多く、100に満たないと夜の方が人が多い)

7 健康

運動への意識が高い中区。

自立した生活を長く続けるため、健康習慣づくりが重要です。



平均自立期間・平均寿命

中区の平均自立期間・平均寿命はいずれも、男女ともに市全体より短い状況です。

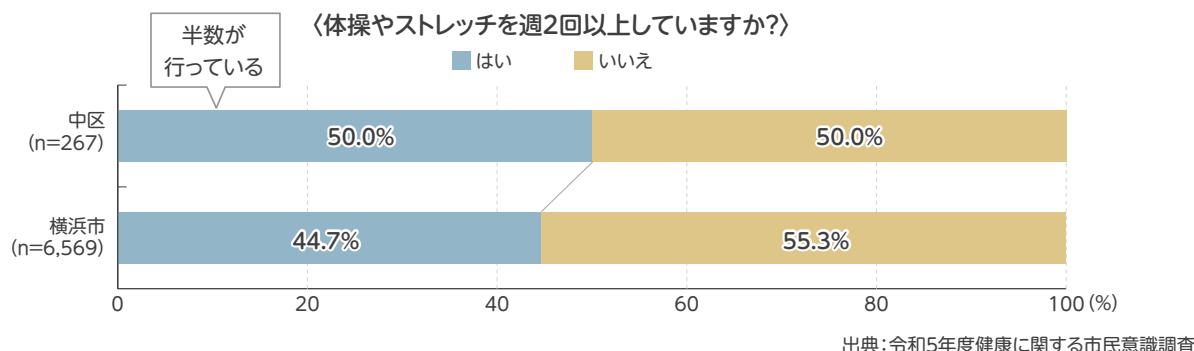
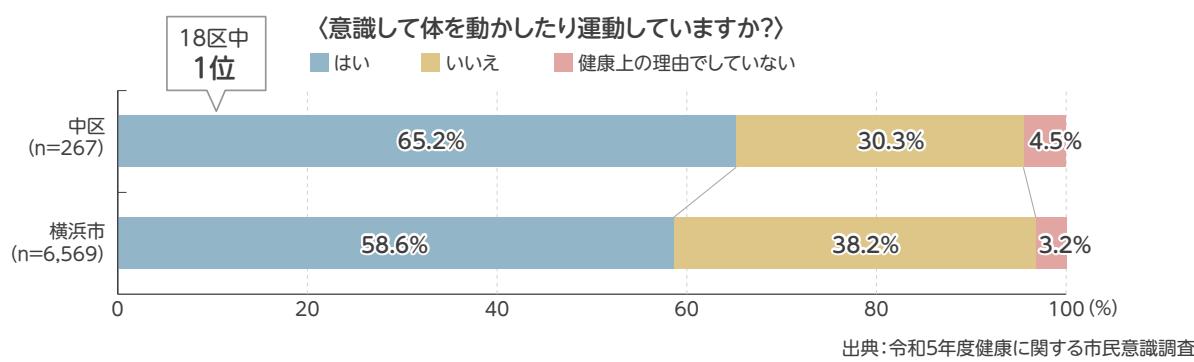
※自立期間
日常生活に介護を要しない期間

		横浜市	中区
平均 自立期間	男性	79.9歳	75.0歳 (-4.9)
	女性	84.2歳	82.3歳 (-1.9)
平均寿命	男性	81.6歳	76.8歳 (-4.8)
	女性	87.7歳	85.9歳 (-1.8)

出典：健康福祉局健康推進課(2024年)

健康に対する意識

2023年の市民意識調査の「意識して体を動かしたり運動していますか」の質問に、中区では65.2%の人が「はい」と回答し、18区中1位となっています。また、「体操やストレッチを週2回以上していますか」の質問には半数の人が「はい」と回答し、市全体の44.7%より多い状況です。



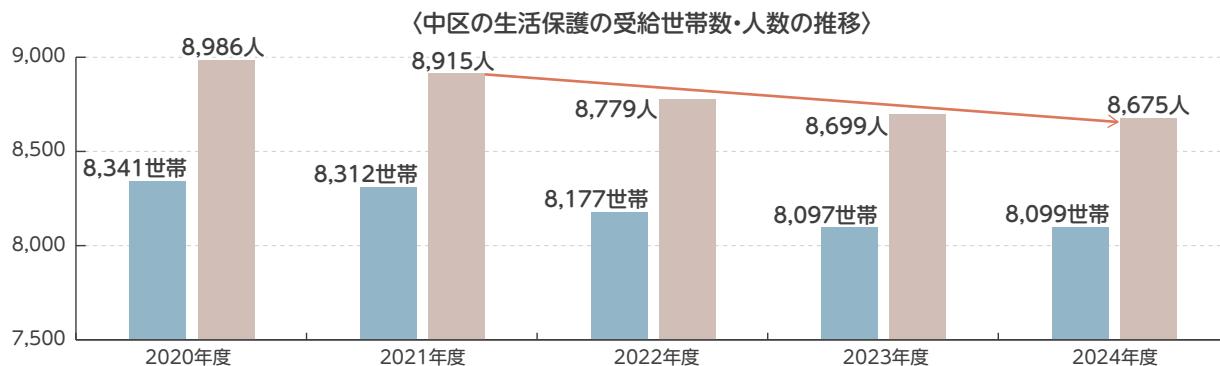
8 生活・住まい



今の暮らしを支え、明日への生活自立を後押ししています。

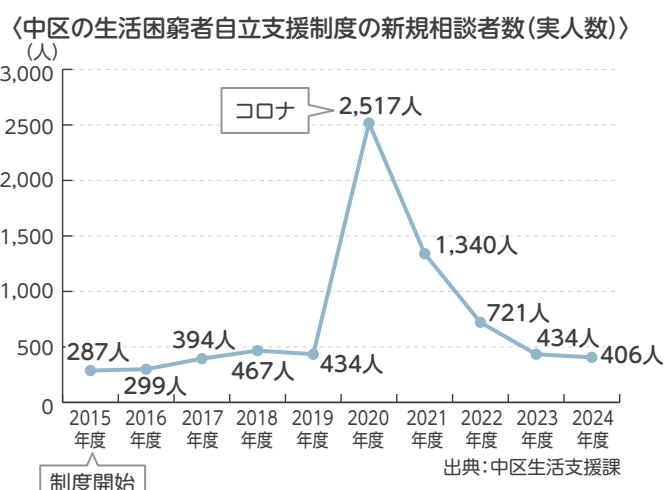
生活保護受給者の状況

中区の生活保護の受給世帯数は、2024年4月現在で8,099世帯、区全体の世帯数に占める割合は9.2%です。18区で最も高い割合ですが、年々減っています。

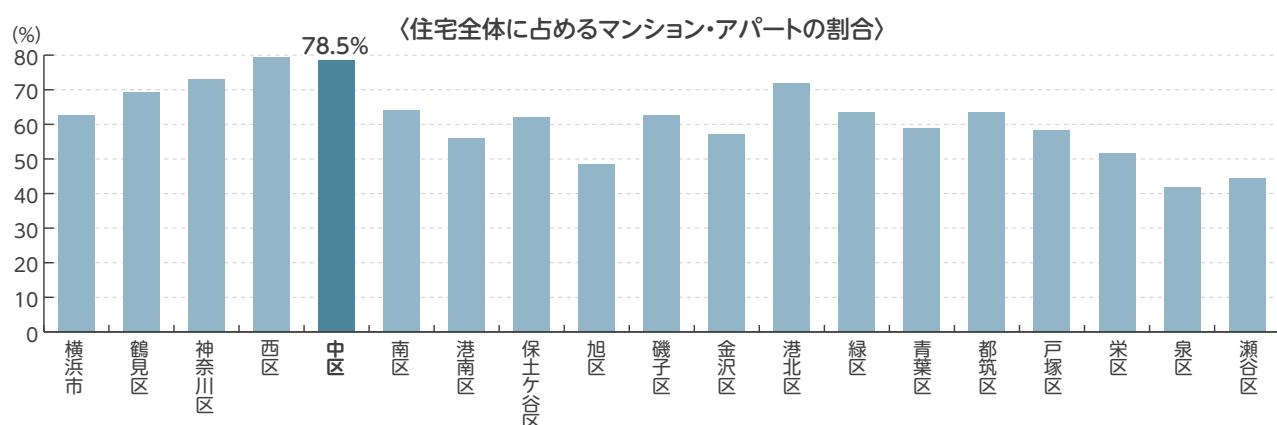


生活上の困りごと・相談の状況

生活困窮者自立支援制度では、2020年度にコロナの影響で相談件数が急増しました。2024年度にはコロナ前の水準に戻ったものの、いわゆる8050問題やヤングケアラーなど、複雑で多様な課題を抱える世帯の存在が見えてきました。中区は、7割以上の人人がマンション・アパートなどに住んでおり、転出入も多く、地域のつながりが希薄になりがちです。



なぜ困窮状態に陥るのか?



出典:第103回横浜市統計書(令和5年現在)

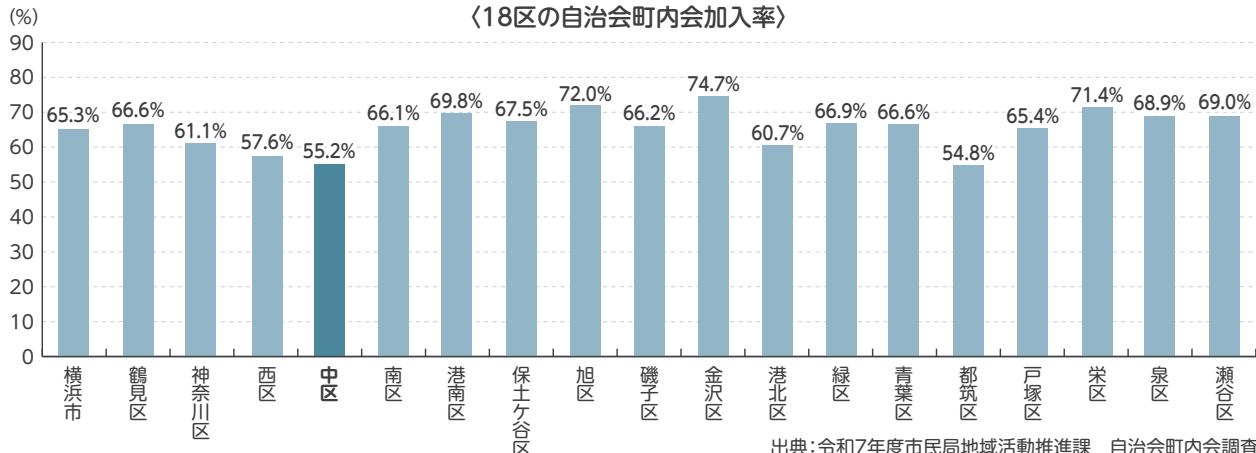
9 地域活動

中区では、「気軽に参加できる活動」への関心が高まっています。
参加しやすい工夫がつながりの輪と地域の力を育てていきます。



自治会町内会加入率

2025年度現在、中区の自治会加入率は55.2%で、18区中17位です。



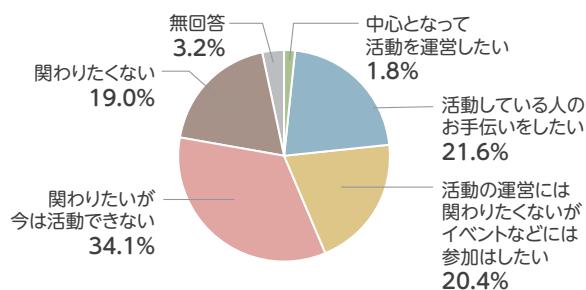
出典:令和7年度市民局地域活動推進課 自治会町内会調査

地域活動をもっと身近に感じるために

地域活動に参加しやすい条件は、「気軽に参加できる」「曜日や時間が合う」「知っている人がいる」などの回答が多くなっています。

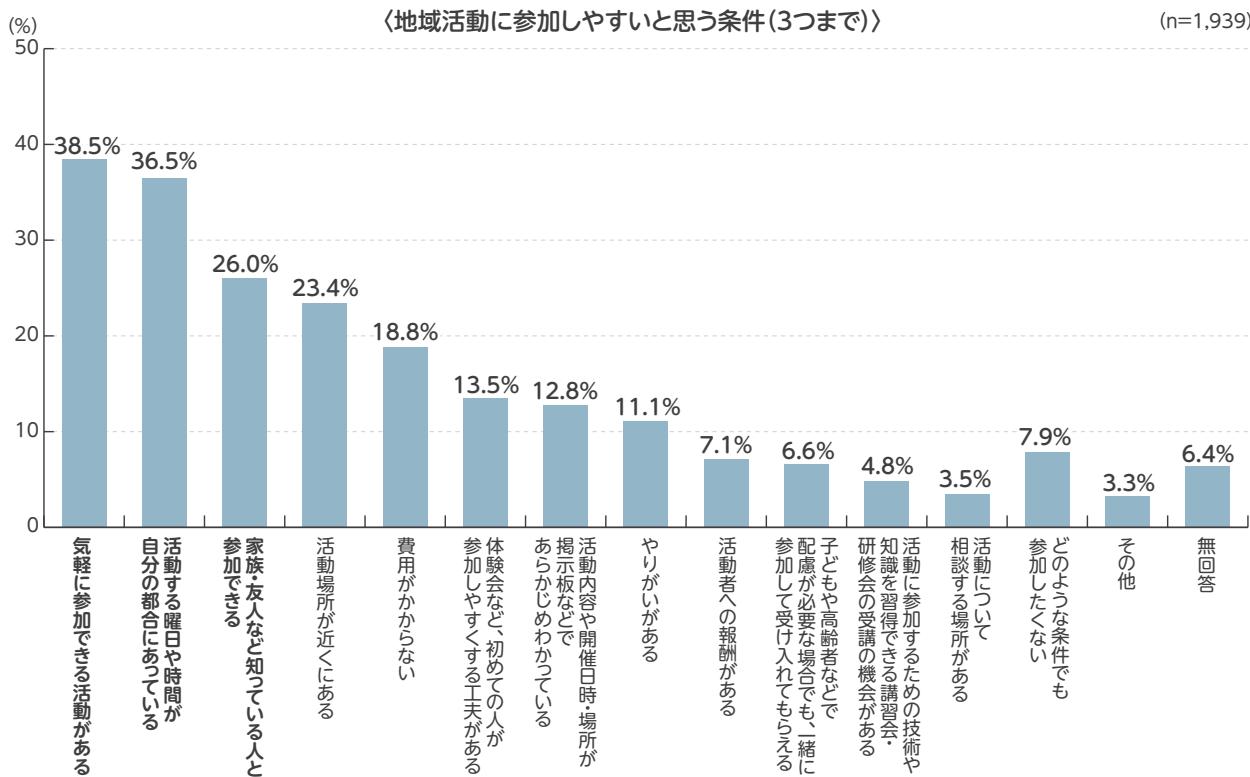
また、今後の地域活動に関する考えは、「中心となって活動を運営したい」から「関わりたくない」まで様々です。

〈今後の地域活動に関する考え方〉 (n=1,939)



〈地域活動に参加しやすいと思う条件(3つまで)〉

(n=1,939)



出典:令和6年度中区区民意識調査

2 中区子育てニーズ調査(令和6年度)

子育て世代のニーズを把握し、地域の子育て支援ネットワークの充実を図るため、乳幼児健診を受診した人や子育て支援施設を利用した人を対象に、アンケート調査を実施しました。

子育て世代と地域とのつながり

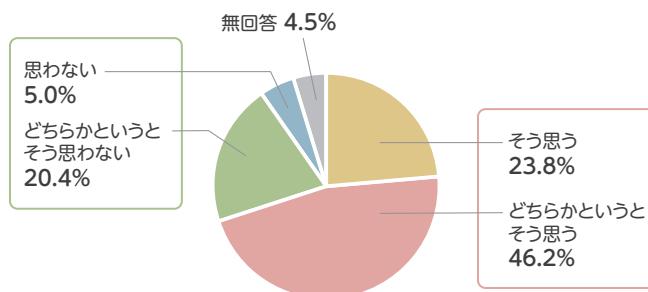
中区について、7割の人が「子育てしやすいまち」だと思っており、8割の人が「これからも住みたい」と思っていることが分かりました。一方、近所づきあいについては、「親しい人はいない」「あいさつ程度」と答えた人が6割と、地域の人とのつながりは強くないと思っている人が多いことも分かりました。

中区は子育て環境に恵まれ、定住意向が高い一方で、地域のつながりをこれから育んでいくまちだといえます。

子育てのしやすさ

〈中区は子育てしやすいまちだと思いますか〉

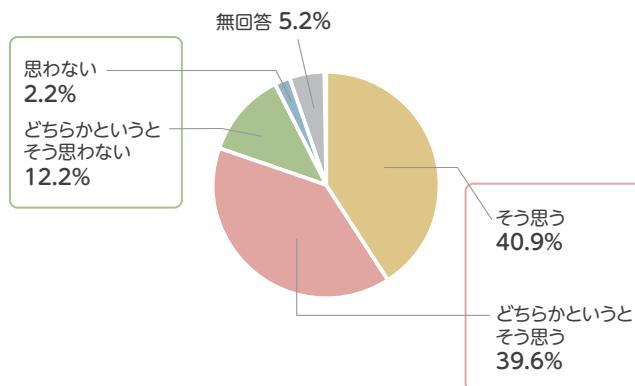
(n=558人)



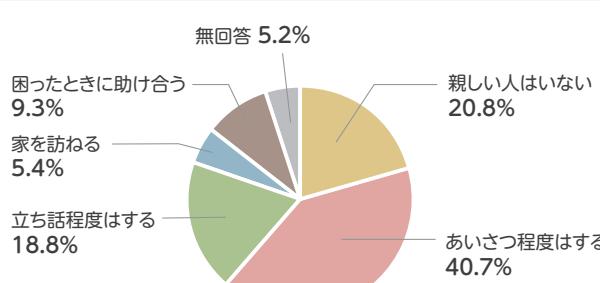
定住意向

〈現在の住んでいる地域にこれからも住みたいと思いますか〉

(n=558人)



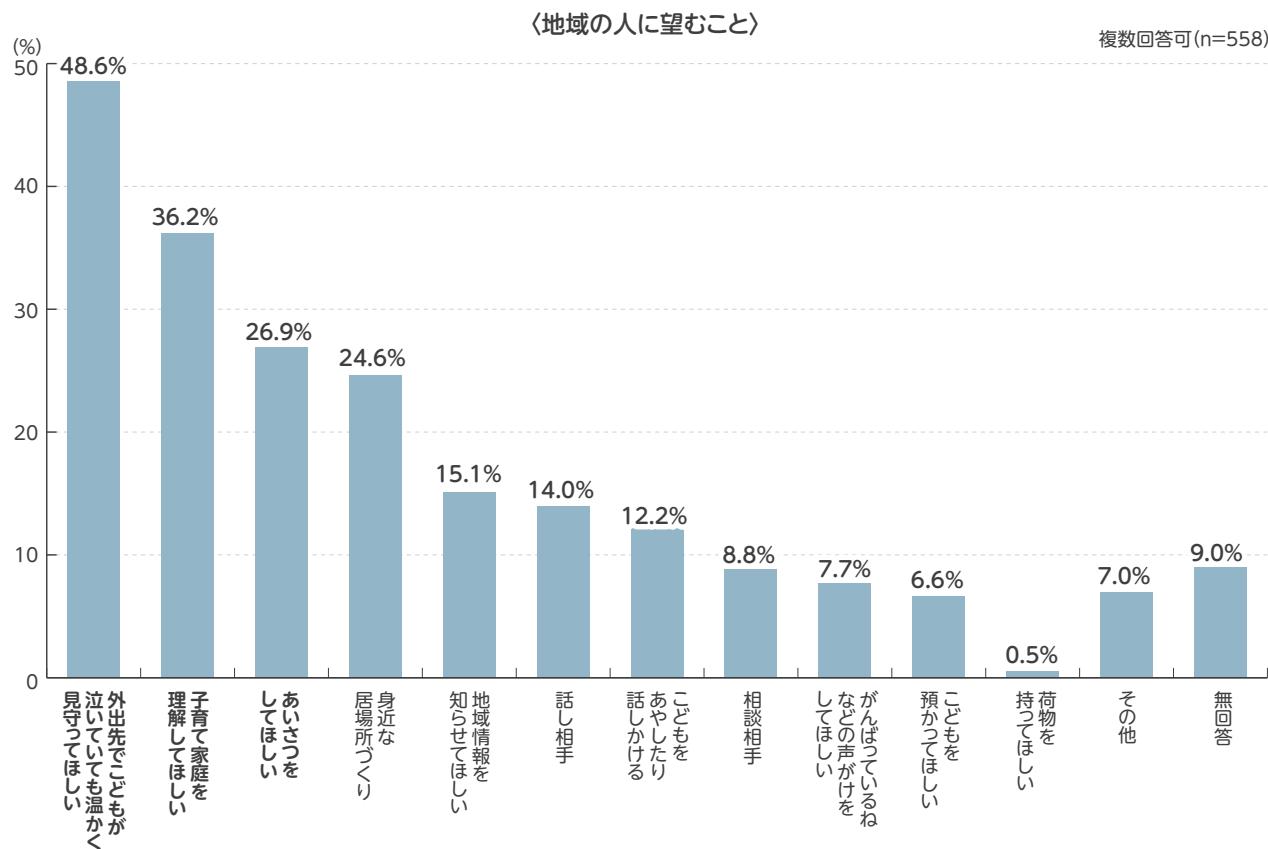
近所づきあい



子育て世代が地域に望むこと

地域の人に望むこととしては、「外出先でこどもが泣いていても温かく見守ってほしい」「子育て家庭を理解してほしい」「あいさつをしてほしい」といった、人との関わりを大切にしたいという回答が多くありました。

あいさつやちょっとした声かけなど、何気ないやりとりの中で安心感やつながりが生まれる、そんな地域の雰囲気づくりが求められています。



調査の実施概要

子育てニーズ調査の実施概要

〈調査方法〉アンケート調査

〈対象〉乳幼児健診時の養育者、地域子育て支援拠点のんびりんこを利用する養育者、中区内の支援者会場を利用する養育者、親と子のつどいの広場「シャーロックBABY本牧」を利用する養育者558人

〈調査項目〉プロフィール、子育ての心配ごと、子育て経験とイメージ、相談相手や協力者(孤独感)、お子さんとの外出、子育てについて(その他)、地域とのつながり



3 中区外国人意識調査(令和6年度)

外国人住民の生活実態を把握するため、インタビュー調査を実施しました。

中区に住み始めたきっかけ、今後のこと



「横浜の歴史(英語版)」を読むと、中区についての内容が多く書かれていました。中区が外国人にやさしいまちだと知りました。



横浜が好きです。住みやすいと思いました。
母国で紹介された日本語学校が中区にあったため、住み始めました。



住み始めたのは、職場が横浜だったからです！



家族の仕事がきっかけで日本にきました。中区について調べてみて、外国人向けのまちだと思いました。観光客の受け入れにも慣れているし、住みやすそうだと思います。



中区は住みやすいので、今後も住み続けたいです。母国の父や母も日本に来たことがあります、「ここに住みたい」と言っていました。

地域の活動への参加／地域との関わり



野毛地区でごみ拾いに参加しました。
きっかけはポスターを見たことです。ご近所さんに聞いたら、ポスターの内容を教えてくれました。



日本が大好きで日本人も優しいけれど、英語が100%話せる人しかコミュニケーションを取ろうとしません。
お互いに辞書を持ちながら、いろいろと教えあうこともできると思います。



私は横浜港で、船員を支援するボランティア活動を行っています。
中区に来てから、地域の皆さんに支えてもらいました。今度は、私自身が外国から来る人を迎える、サポートしていきたいです。



最初は日本のマナー(電車の中で携帯電話で話すのはダメ、リュックサックは体の前に持つなど)が分からなかったです。
また、横浜はごみの出し方が難しいです。転入時のガイダンスで教わっていますが、実際に分別してみると、分かりづらくて困っています。



もっと積極的に町内会で活動したいです。
お金のためでなく、地域のためにできることに、自分なりに取り組みたいです。

(地域の活動への参加／地域との関わり)

地域では消防団に参加しています。日本に長く住む予定なので、日本の文化に触れながら、多くの人に出会いたいです。



地域ケアプラザの花植え交流会に参加しています。子どもの母親としてではなく、一人の自分として過ごす時間を持つことが幸せです。

月に1回、清掃活動に参加しています。地域のお祭りにも参加したいです！



インタビューした外国人住民20人のうち、8人が地域活動に参加した経験がありました！



今後、工夫ができそうなこと



外国人に届く情報(花火大会や地域のイベントなど)が少ないと思います。

中区は外国人を理解してくれる地域だと思いますが、もっと情報へのアクセスがしやすくなるとよいです。



日本人と外国人、お互いのサポートができるよう、関わりが増えるとよいです。

日本の人は親切で、とても気を使ってくれると感じています。



母国と日本の習慣がまったく違います。日本人とは、お互いにどう考えているのか、もう少し話ができるとよいです。

外国人に対しては、同じ外国人として、暮らしているところの文化に慣れることや、日本のルール・マナーを知ることが必要だと伝えたいです。



中区に住む外国人の住民は、地域に支えられるだけの存在ではなく、すでに地域活動の担い手であるなど、貴重な地域の人材となっていることが分かりました。国籍や世代にかかわらず、地域の中で活躍できる場があれば、まち全体の多文化共生がさらに進み、まちの魅力もアップしていきます。

例えば、母語を生かして地域イベントのチラシを翻訳するといったことをきっかけに、同じ地域に住む人が「顔の見える関係」を一つひとつ丁寧につくっていくことが大切です。

調査の実施概要

〈調査方法〉個別インタビュー

〈対象〉中区内に居住する外国人または外国にルーツを持つ人20人(中国、韓国、台湾、フィリピン、ベトナム、ネパール、米国、タイ、インド、英国)

〈調査項目〉プロフィール、ライフスタイル(世帯構成、日本語学習、コミュニティなど)、中区に住んでいる理由、住みやすさ、行政サービスの利用状況など

4 関連する計画

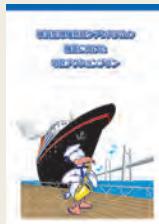
中区では福祉保健をはじめ、様々な分野で計画を策定し、お互いに連動しながら推進しています。

第5期中なかいいね！と関連する中区の分野別計画

◆ 横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた中区アクションプラン(令和4~8年度)

高齢者が可能な限り住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを人生の最後まで続けられるよう、必要な包括的支援・サービス提供体制の構築に向けた取組を整理した計画です。

この計画における3つの要素のうち、「元気な暮らし」と「つながる・支え合う」は、中なかいいね！の「えん結び」と「元気いっぱい」と重なっています。



◆ 横浜市都市計画マスター・中区プラン(令和2~22年度)

おおむね20年後の中区の将来像を描くとともに、その将来像を実現するための「まちづくり」の方針を定めた計画です。計画における生活環境に関する方針「誰もが安心して暮らせるまちづくり」については、中なかいいね！の取組に基づいて進めています。



◆ 第3期中区多文化共生推進アクションプラン(令和8~12年度)

国籍やルーツによらず、誰もが安心していきいきと暮らせるまちを目指し、多文化共生施策推進の方針を定めた計画です。外国人も一緒に地域活動を進めています。



参考 市域での地域福祉保健計画と分野別計画の関係

〈高齢者〉
エイジング計画
よこはまポジティブ

〈障害者〉
横浜市障害者プラン

〈こども〉
横浜市子ども・子育て
支援事業計画

〈健康〉
健康横浜21

各分野の法律に基づく
対象者のニーズに応じた
サービス量の整備など

各計画の対象者の
地域生活を支えるため、
地域福祉保健計画の取組と
連動して進めるべき取組
例) 地域での見守り・支え合い、
身近な地域で参加できる
機会の充実など

分野別計画を横断的に
つなぐ基本の仕組み
● 地域連携ネットワークの構築
● 住民間の横の連携支援
● 行政、専門機関市民活動
団体等の横の連携

横浜市成年後見制度
利用促進基本計画
地域福祉保健計画と
一体的に策定・推進

横浜市生活困窮者自立支援制度業務推進指針
地域福祉保健計画の取組と連携しながら計画的に推進

第5期横浜市地域福祉保健計画

(参考)
地域福祉保健計画に
関連するその他の計画等
● 横浜市自殺対策計画
● 横浜市子どもの貧困対策に
関する計画
● 横浜市教育振興基本計画
● 横浜市再犯防止推進計画
● 横浜市人権施策基本指針



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



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



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。



この事業は、赤い羽根共同募金等を
財源の一部として実施しています。