

第3期 栄区地域福祉保健計画 推進しています！

第1回 さかえ・つながるフォーラムを開催！

聞いてなるほど！健康長寿 ～大切な3要素「運動・栄養・社会参加」について知ろう～

令和元年10月2日（水）14時～15時30分 たっちーらんど（栄公会堂）

講師：東京都健康長寿医療センター 清野 諭 氏

参加者：152名

健康長寿のために大切な3つの要素「運動・栄養・社会参加」について、お話ししていただきました。講演の終盤には、椅子に座ったままでもできる簡単な運動も紹介していただきました。また、お隣同士で実践した、「あたまの体操」ではあちらこちらから“くすくす”と笑いが聞こえはじめ、しまいには会場は参加者の笑い声とエネルギーでいっぱいになりました。

<講義のポイント>

- ・高齢期（概ね75歳以上）は、栄養不足に注意し、筋力を維持すること。
- ・少しずつ、色々な食品を食べること。
『さあにぎやか（に）いただく』
- ・1日1回は外出すること。
- ・近所づきあいが活発な人や、ボランティア活動をしている人ほど身体活動や自立率が高いこと。



次回の
お知らせ

第2回 さかえ・つながるフォーラム 12月10日 開催！

「ぼけますから、よろしくお願ひします。」

令和元年12月10日（火）13時30分～16時

たっちーらんど（栄公会堂）

ドキュメンタリー映画上映・監督 信友 直子氏講演

認知症は家族、友人、自分自身、誰にでも起こる身近なこと。2025年には高齢者の5人に1人が発症するともいわれています。この映画は、娘である「私」の視点から、認知症の患者を抱えた家族の内面を丹念に描いたドキュメンタリー映画です。映画の上映と、映画を撮った監督である「私」をお招きしての講演会です。ぜひご参加ください。



7つのテーマから取組を紹介

テーマ3

～11月は「児童虐待防止月間」です～

今年度、地域の研修等でよく取り上げられたテーマのひとつです。区役所のこども家庭支援課の職員が講師となり、最近の栄区の状況をお伝えしてきました。何か子育て支援に取組みたいけれど最近の子育て事情がわからない、子どもを取り巻く環境が変わっている中、自分たちにできることはないか？と考えてくださっているお声をききます。

子どもを虐待から救うには地域からの情報提供が重要です。

何か気になることがありましたら、栄区役所こども家庭支援課へご連絡ください。

○栄区こども家庭支援課こども家庭支援担当 TEL 894-8049

○よこはま子ども虐待ホットライン TEL 0120-805-240



テーマ6

～来て 見て さかえフェア～

栄区近隣の特別支援学校・養護学校の高等部在籍の生徒さんとそのご家族の方を対象に、地域の障害福祉事業所の活動内容を紹介する「来て見てさかえフェア」が開催されました。障害のある方が、卒業後の進路と暮らしを、自分自身で考えていくためのイメージづくりにつながればと考え、栄区自立支援協議会進路等連絡会が企画したものです。当日は、生徒さんご家族合わせて60名を超える参加で大盛況。映像を交えたスライドによる説明、事業所紹介パネル、自主製品販売など、各事業所とも工夫を凝らし、とてもわかりやすく楽しい説明でした。

販売ブースでは、各事業所利用中の障害当事者の皆さんも大活躍でした。



～12月3日～9日は障害者週間～

3日 キャンペーン（本郷台駅前）

障害当事者のみなさんによるキャンペーン

7日 パラフェスタ♥さかえ2019 10時～16時
たちーらんど（栄公会堂・スポーツセンター）
コンサート、映画「やさしくなめに」（有料）、
パラスポーツ体験、ボッチャ交流会など

テーマ2

～認知症の啓発～

9月の「世界アルツハイマー月間」にちなんで、区役所では認知症に関する講演会を行いました。「認知症の理解はその人を知ることから」と題し、お二人の講師から、認知症の方への適切な対応とそれにより可能性がひきだされること、地域における支えあいの理解についてお話いただきました。

参加された区民の方からは

- ・書物からの知識ではなく実体験によるもので説得力があった
- ・認知症の方にとっても住みやすい環境をつくってきたい

という声が寄せられました。

今後も認知症に対する理解が進む地域づくりを目指していきます。



テーマ1

～第4期計画策定に向けて～

今年度2回目となる策定推進会議を10月31日に開催しました。会議では、令和3年度から始まる第4期計画について方向性を検討し、計画に盛り込む内容について意見交換を行っています。来年度は計画案について広く意見募集を行う予定ですので、みなさまも一緒に考えてみてください。

発行
お問合せ

栄区役所福祉保健課事業企画担当

電話：894-6917 FAX：895-1759

Email：sa-fukuhoplan@city.yokohama.jp