

暮らしやすい まちづくりの計画

計画期間: 2026年度 ~ 2030年度

地域福祉保健計画とは

「みんなが、安心して、自分らしく、元気に、暮らせるまち」をつくるために、みんなが協力して助け合うための計画です。

第5期 瀬谷区地域福祉保健計画の進め方

基本理念 (大切にしている考え) をもとに、みんなで6つの取り組みをして、基本目標に書いてある3つのまちをつくりま

基本理念

みんなで作る みんなのしあわせ

基本目標Ⅰ

“おたがいさま”で
支えあうまち

基本目標Ⅱ

健康※で元気に
暮らせるまち

基本目標Ⅲ

みんなができることや
得意なことをいかせるまち

※健康とは…年齢や病気、障がいがあるかないかではなく、幸せな気持ちや満足した気持ちで生活ができています。

(基本目標に書いてあるまちをつくるための) 6つの取り組み

1

住んでいるまちでみんなが
助けあえるようにします

2

一人ひとりにあわせた
元気な心と体をつくりま

3

子どもが元気に育つ
まちをつくりま

4

いろいろな人と出会い、
いっしょに活動できるようにします

5

一人ひとりの力が
いかせるつながりをつくりま

6

必要な情報や支援 (助け) が
届くようにします

基本目標に書いてあるまちをつくるための6つの取り組み

とくみ 取組1 住んでいるまちでみんなが助けあえるようにします



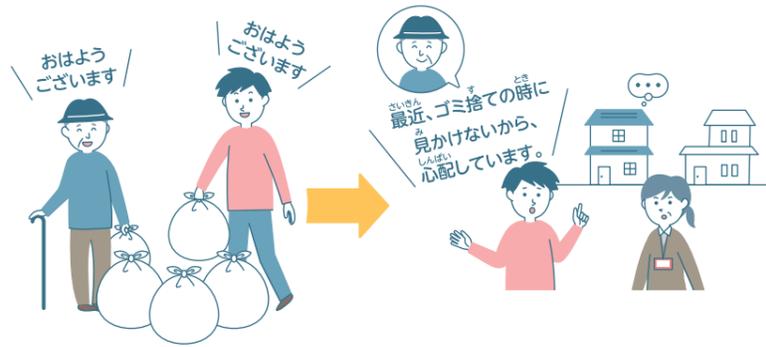
近くに住んでいる人と会ったときにあいさつやお話をしていると、困ったときに助けあうことができるようになります。これが、「安心できる、安全で暮らしやすいまち」につながります。また、災害が起きたときの安心にもつながります。

瀬谷区の人々に、
考えてほしいことや
気をつけてほしいこと

自分の住んでいるまちで、「顔の見える関係」をつくってください。
(顔の見える関係とは…お互いの顔や名前がわかり、あいさつなどを行っている関係のこと)

会社・団体・施設に、
考えてほしいことや
気をつけてほしいこと

「顔の見える関係」をつくり、人と人がつながるようにしてください。



とくみ 取組2 一人ひとりにあわせた元気な心と体をつくりま



自分の心と体が元気かどうかをよく考えてください。健康診断などを受けて、元気な心と体をつくるのが大切です。近くのラジオ体操などの健康づくりの活動に参加することで、心と体を元気にします。

瀬谷区の人々に、
考えてほしいことや
気をつけてほしいこと

自分の心と体が今どうなっているかを知ってください。
また、小さい子どもやお年寄り、障がいのある人など、
自分の心や体のことがわからない人を助けてください。

会社・団体・施設に、
考えてほしいことや
気をつけてほしいこと

みんなが、自分の心と体が元気かどうかを考えられる活動を増やしてください。
心と体を元気にしたり、病気にならないようにする活動を増やしてください。



とくみ 取組3 子どもが元気に育つまちをつくりま



子育ての環境や子育てをしている人たちの考え方は変わります。時代に合わせて、保護者（お父さんやお母さん）や地域の人たちが子どもたちを見守って、子どもたちが遊んだり、勉強したり、成長できるまちにすることが大切です。子どもたちも地域のイベントなどに関わると、達成感（自分でできたという気持ち）や自己肯定感（自分を大切にしている気持ち）を高めることができます。大人も、子どもの気持ちを大切に接することが、子どもが元気に育つまちをつくるために必要です。また、子どもの将来や安全について瀬谷区に住んでいるみんなでお考えする必要があります。

瀬谷区の人々に、
考えてほしいことや
気をつけてほしいこと

- 子どもたちが、いろいろな体験をできるようにしてください。
- 子どもたちは、地域で自分のできることについて考えてください。

会社・団体・施設に、
考えてほしいことや
気をつけてほしいこと

子どもたちが楽しめる時間や出来事をつくってください。
子どもたちも役に立つことができるような活動をしてください。



とくみ 取組4 いろいろな人と出会い、いっしょに活動できるようにしま



みんなが自分らしく暮らすために、いろいろな人と関わって、お互いを知ったり、認めあうことが大切です。子どもや障がいのある人、お年寄り、外国の人など、いろいろな人といっしょに活動できるようにします。

また、みんなが好きなことやできることをいかにできるまちを目指します。

瀬谷区の人々に、
考えてほしいことや
気をつけてほしいこと

住んでいるまちのイベントなどに参加してください。

会社・団体・施設に、
考えてほしいことや
気をつけてほしいこと

みんながいつでも集まれる場所をつくってください。

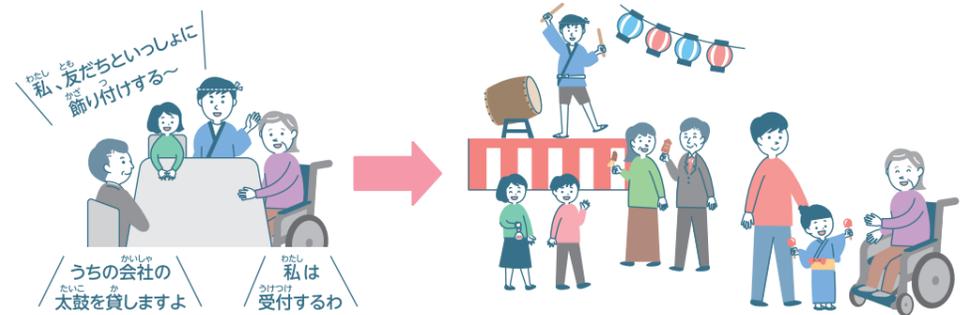


とくみ 取組5 ひとり ちから
一人ひとりの力がいかせるつながりをつくります

よこはま しやくしょ せやくやくしょ す ひと かいしゃ だんたい きょうりやく たいせつ
横浜市役所や瀬谷区役所だけでなく、住んでいる人や会社・団体と協力することが大切です。まち
もんだい ひつよう ひつよう しゅるい つよ ひとり ちから
の問題やまちで必要なこともいろいろな種類があります。つながりを強くすることで一人ひとりの力を
いかして、みんなで協力して解決できるようにします。

せやく 瀬谷区のみんに、
かんが 考えてほしいことや
きをつけてほしいこと
す 住んでいるまちのイベントに参加して、つながりを増やしてください。

かいしゃ だんたい しせつ 会社・団体・施設に、
かんが 考えてほしいことや
きをつけてほしいこと
ひと ひつよう かんが かつどう
まちの人が必要なことをみんなで考えて、活動につなげてください。
かいしゃ だんたい しせつ かつどう
会社・団体・施設とまちでいっしょにいろいろな活動をしてください。



とくみ 取組6 ひつよう じょうほう しえん たす とど
必要な情報や支援(助け)が届くようにする

まちにはいろいろな人が暮らしています。その中には困っている人もいます。困っていることを誰にも
そうだん こま ひつよう ひつよう しえん たす とど
相談できなくて、もっと困ってしまうこともあります。必要な人に必要な情報や支援(助け)が届くように
することや、みんながいつでも相談できるようにすることが大切です。

ICT*を使って、いろいろな情報を知ることができるようになりました。情報を出す人は正しい情報を
だ じょうほう う と ひと ただ じょうほう えら ひつよう
出してください。情報を受け取る人は正しい情報を選ぶ必要があります。
しゅみ かつどう ひと あつ じょうほう おし あ たいせつ
趣味の活動などで人と集まるときに、情報を教え合ったりすることも大切なつながりです。

*ICTとは:コンピューターやインターネット、スマートフォンなどを使って情報をやり取りしたり、仕事や生活を便利にしたりする技術のことです。

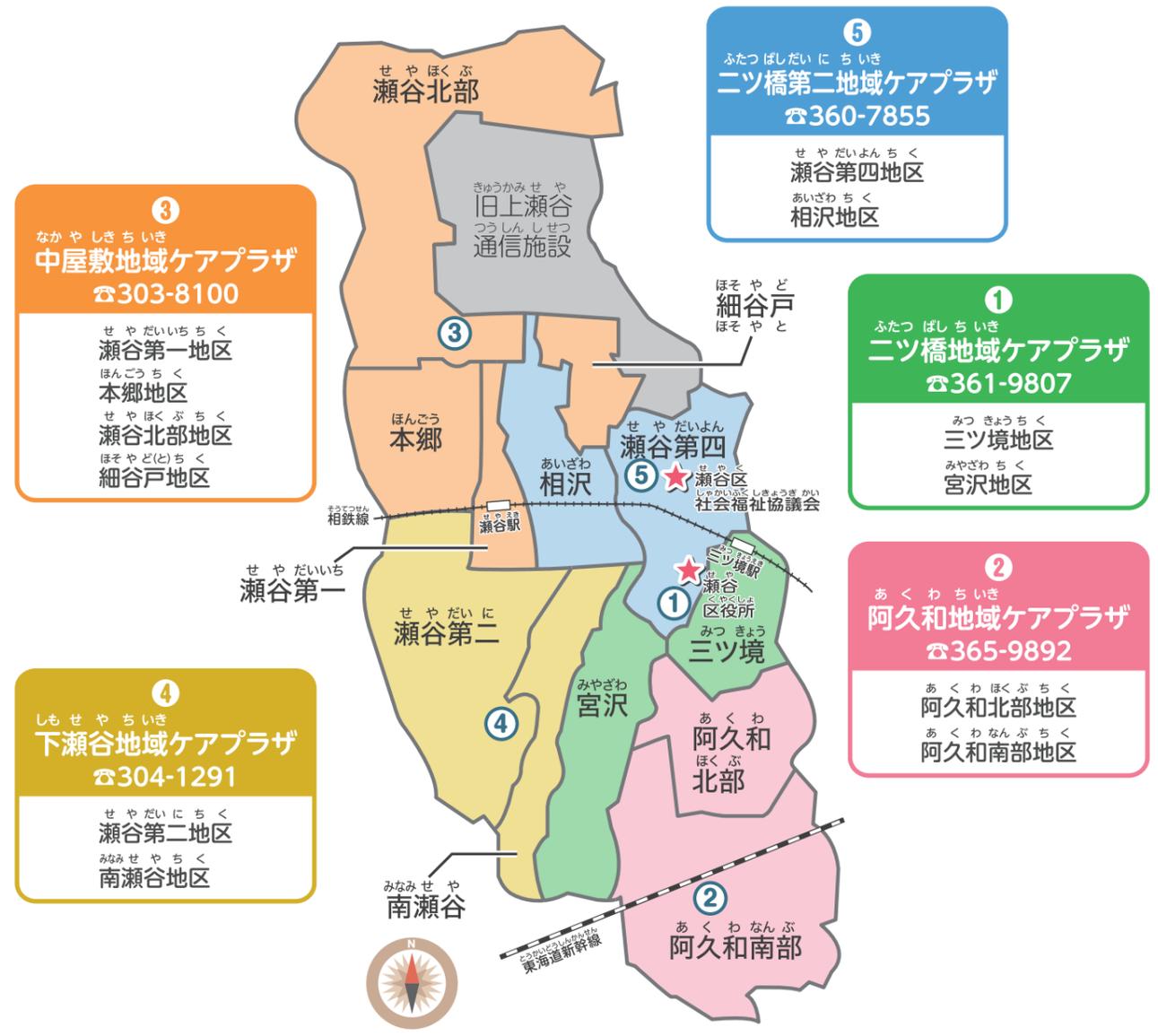
せやく 瀬谷区のみんに、
かんが 考えてほしいことや
きをつけてほしいこと
こま そうだん ひと そうだん ぼしよ
困ったときに、相談できる人や相談できる場所を、
す 住んでいるまちで見つけてください。

かいしゃ だんたい しせつ 会社・団体・施設に、
かんが 考えてほしいことや
きをつけてほしいこと
じょうほう つた あいて かんが じょうほう だ
情報を伝える相手のことを考えてから情報を出してください。
こま ひと たす ほうほう くふう
困った人を助ける方法を工夫してください。



じぶん す けいかく ちく けいかく
自分の住んでいるまちの計画(地区ごとの計画)

ちく けいかく せやくす ひと じぶんす ちく もんだい かんが
地区ごとの計画は、瀬谷区に住んでいる人が、自分の住んでいるまち(地区)の問題について考えて
つくりました。瀬谷区では12の地区にわけて計画をつくっています。
ちく とくき そうだん ちく ちいき せやくしやくかいふくしきょうぎかい き
地区の取り組みについて相談などがあれば、地区の地域ケアプラザや瀬谷区社会福祉協議会に聞いて
てください。



ちいきかつどう かつどう そうだん つぎ か ぼしよ き なに かつどう
地域活動、ボランティア活動の相談は、次に書いてある場所でも聞くことができます。「何か活動して
みたい」「自分にできるボランティアを探したい」など、わからないことがあったら聞いてください。

せやくしやくかいふくしきょうぎかい せやく
瀬谷区社会福祉協議会・瀬谷区ボランティアセンター TEL:045-361-2117
せやくくみんかつどうしえん
瀬谷区区民活動支援センター TEL:045-369-7081

阿久和北部地区

みんなで!! 笑顔あふれるまちづくり
～元気で見守り支え合い
安心できる阿久和北部～

- ◆みんなで支えあう安心できるまちをつくります
- ◆みんなの元気な暮らしを目指します
- ◆まちを支える人を育て、笑顔でつないでいきます

阿久和南部地区

いつまでも住み続けたい ふるさとまちづくり
～みんなであつなろう
なんぶ・あくわの和! 輪! 笑!～

- ◆いろいろな人とふるさとをつくります (和!)
- ◆お年寄りや、障がいのある人をまちで見守ります (輪!)
- ◆子どもや子育てをしている人との笑顔あふれるつながりをつくります (笑!)

瀬谷第二地区

誰もが健康で安全に安心して、
心豊かに暮らせるまち

- ◆元気な心と体をつくります
- ◆災害が起きたときになにをするかを考えます
- ◆まちの安全を守る活動をします
- ◆まちの活動に参加する人を増やします
- ◆子どもや若い人を見守り、支えます
- ◆お年寄りや障がいのある人を見守り、支えます
- ◆ボランティア活動を増やします
- ◆みんなが安心して生活できるまちをつくります

細谷戸地区

心が通じる地域づくり・地域は家族
～高齢化社会のおあしす地域～

- ◆まちの見守りをするしくみを今よりも良くします
- ◆子どもが元気に育つようにします。子どもと大人がつながることができるようにします
- ◆災害が起きたときになにをするかを考え、できるようにします
- ◆障がいのある人を助けます。みんなに地域の情報をお知らせします

三ツ境地区

さらに
高めよう みんなのご近所デカラ
“イザ”という時に、寄り添い助け合える
ご近所仲間のネットワーク

- ◆みんなが安心して暮らせるまちをつくります
- ◆若い人が集まれるまちをつくります
- ◆自治会やまちの活動が楽しいまちをつくります
- ◆心や体を元気にする活動ができるまちをつくります
- ◆必要な情報が届き、つながることができるまちをつくります

瀬谷第一地区

幸せの四葉のクローバーが
たくさん育つ地区となろう

- ◆みんなが元気に暮らせるまちにします
- ◆見守りをして、みんなで支えあうまちにします
- ◆まちを支える人が育つまちにします
- ◆住んでいる人の希望がかなうまちにします

Plus1

瀬谷第四地区

誰もが安心して暮らせるまちづくり
よんたくんの三本柱

- ◆まちのみんなで協力をして
子どもが元気に育つように見守ります
- ◆お年寄りや障がい者、認知症の人を見守り、支えることができるようにします
- ◆みんなが自由に参加できる新しいまちの活動ができるようにします

南瀬谷地区

みんなで育てよう
暮らしやすいまち みなみせや
～安全で安心なまち～

- ◆みんなで守る 災害に強いまち
 - ◆みんなが知る 情報を伝えるときの工夫
 - ◆みんなとつながる 楽しくいっしょに集まれるまち
- あいさつ♥いっぱい♥みなみせや

本郷地区

子どもからお年寄りまでの
誰もが尊重され、
暮らしやすいまちづくりをすすめよう!

- ◆みんなが集まって、楽しいことができるまちをつくります
- ◆子どもが元気に育つまちをつくります
- ◆まちの人とつながり、支えあう、安心で健康なまちをつくります

瀬谷北部地区

みんなで支えあい顔の見える
笑顔あふれる地域づくり

- ◆まちの活動を増やします。まちを支える人を育てます
- ◆暮らしやすいまちをつくります
- ◆お年寄りが増えるまちでみんなが元気に暮らせるようにします

宮沢地区

水と緑のまちづくり宮沢・
暮らしやすい宮沢

- ◆災害が起きたときのための準備ができるまちをつくります
- ◆みんなが元気で長生きできるまちをつくります
- ◆まちの活動で、見守り合い・助け合いができるまちをつくります
- ◆みんなにやさしいまちをつくります
- ◆いろいろな活動ができる場所があるまちをつくります

相沢地区

地域みんなが
安心して暮らせるまちづくり
～思いやりとぬくもりのあるまち～

- ◆子どもが元気に育つまちをつくります
- ◆お年寄りを大切にするまちをつくります
- ◆安心で安全なまちをつくります
- ◆障がいのある人たちといっしょに生きるまちをつくります
- ◆みんなが元気で明るく暮らせるまちをつくります

