

## 第2章 区計画

### 1 取組の方向性

#### (1) 基本理念・基本目標を継承

第1期計画の策定から15年がたち、区民が福祉保健の課題について話し合う連絡会の開催や、地域と事業者などが連携して行う見守り活動など、より良い地域づくりに向けた様々な取組が広がりました。

第4期計画では、第3期計画における取組の継続性を踏まえ、基本理念と基本目標を継承します。

#### 基本理念 誰もが安心して心豊かに暮らすことのできる地域社会の実現

「誰もが」という言葉には、子どもから高齢者まで、年齢や障害の有無、性別や国籍などの違いに関わらず、戸塚で“暮らし、学び、働く全ての人”という意味を含めています。区民や事業者、区役所、区社協、地域ケアプラザなどの協働により、共に支えあい、助けあう地域社会の実現を目指します。

**基本目標1 支えあいと助けあいのあるまち**

**基本目標2 みんながふれあう場のあるまち**

**基本目標3 安全・安心、人にやさしいまち**

**基本目標4 いつまでも元気で健やかに暮らせるまち**

#### (2) 分野横断的な課題へ対応

地域の中で生じる福祉保健に関する課題には、子ども、高齢者、障害者、健康づくり、福祉のまちづくりなど、様々な分野の課題があります。

一方で、どの分野に属するかが不明瞭で切り分けが難しい課題や、近所の人からも見えにくい潜在化している課題があります。戸塚区においても、介護と育児の問題を同時に抱えるなどの「複合的な課題」や、既存の支援制度では対応が難しい「制度の狭間の問題」など、支援のニーズが多様化しています。

第4期計画では、こうした複雑・多様化する課題への確に対応するため、区民と区役所、区社協、地域ケアプラザのほか、分野を超えた関係機関が連携を強化するとともに、地域課題を共有し、課題解決に向けた検討や具体的取組を協働により進めます。

#### (3) 地区別計画と連動

地区別計画は、地域の特性に応じた課題にきめ細かく対応するため、連合町内会自治会・地区社会福祉協議会エリアごとの目標や取組をまとめた計画です。

住民主体の話合いや活動が継続・発展するよう、地域を支えるとともに、住民主体の活動だけでは解決できない課題などを把握し、区計画での取組を充実させていきます。

#### (4) 新型コロナウイルス感染症拡大防止と活動の両立

新型コロナウイルス感染症の影響により、3密（密閉・密集・密接）の回避が求められるなど、私たちの生活は一変しました。地域で行われる様々な活動についても、今までと同じようにすることは困難になり、活動のあり方や方法などを改めて検討することが必要となっています。一方で、人と人とのつながりは、個人の不安をやわらげ、地域全体の安心につながることを改めて確認する機会になりました。

身近な地域での支えあいやつながりづくりを続けていくために、これまでの活動や活動者の思いを大切にしながら、柔軟・臨機応変に取り組むことで、感染症拡大防止と必要な活動の両立を図ることが求められています。



##### 新しい生活様式を取り入れた活動の広がり

感染症の拡大などの有事の際にも、人と人とのつながりを絶やさないことが大切です。これまで地域の中で取り組まれてきた活動の目的や大切にしてきたことを確認しながら、必要な活動を安心して続けるための工夫をした取組が始まっています。

##### 柏尾地区社協 高齢者食事会「柏尾亭」

柏尾亭は、約60名が参加する食事会です。コロナ禍においては集まって食事をすることが難しいため、季節を感じられるお弁当を配食することにしました。散歩がてら会場へ取りに来ていただくことを基本とし、送迎利用者にはご自宅へお持ちしました。



これまで参加が難しかった車椅子の人にもお届けすることができました。初めて召し上がった方も含め、地域の人たちにとっても喜んでいただけました。

##### 戸塚区食生活等改善推進委員会（ヘルスメイト）のオンライン「離乳食入門」

コロナ禍においても、「健康づくりはいつ何時でも大事なこと」と『離乳食入門』をZoomを使ってオンラインで実施しました。ヘルスメイトが離乳食の作り方を実演し、食事の大切さを伝える講座で、従来は区役所の栄養相談室で妊婦さんを集めて開催していたものです。

何もかもが初めてで、画面の向こうの妊婦さんたちに伝わるだろうかと不安もありました。終了後のアンケートでは、「実際に作るのを見て参考になった」「離乳食を作るのは初めてなので教えてもらえてありがたかった」といった声が寄せられました。今後も開催方法を工夫しながら、食を通した健康づくりの取組を進めていきます。



これまでの活動の思いを大切にしながら、地域の皆様や関係団体等の皆様とアイデアを共有・検討しながら、地域の中で必要な活動を続けていけるよう、力を合わせて取り組みましょう。

区社協、福祉保健課

## 2 取組の進め方

地域福祉保健を推進するには、戸塚区で暮らし、学び、働く皆様の「地域の力」が必要です。誰もが安心して心豊かに暮らすことのできる地域社会をつくるためには、子どもから高齢者まで地域の皆様が主体の地域づくりを進めることが大切です。

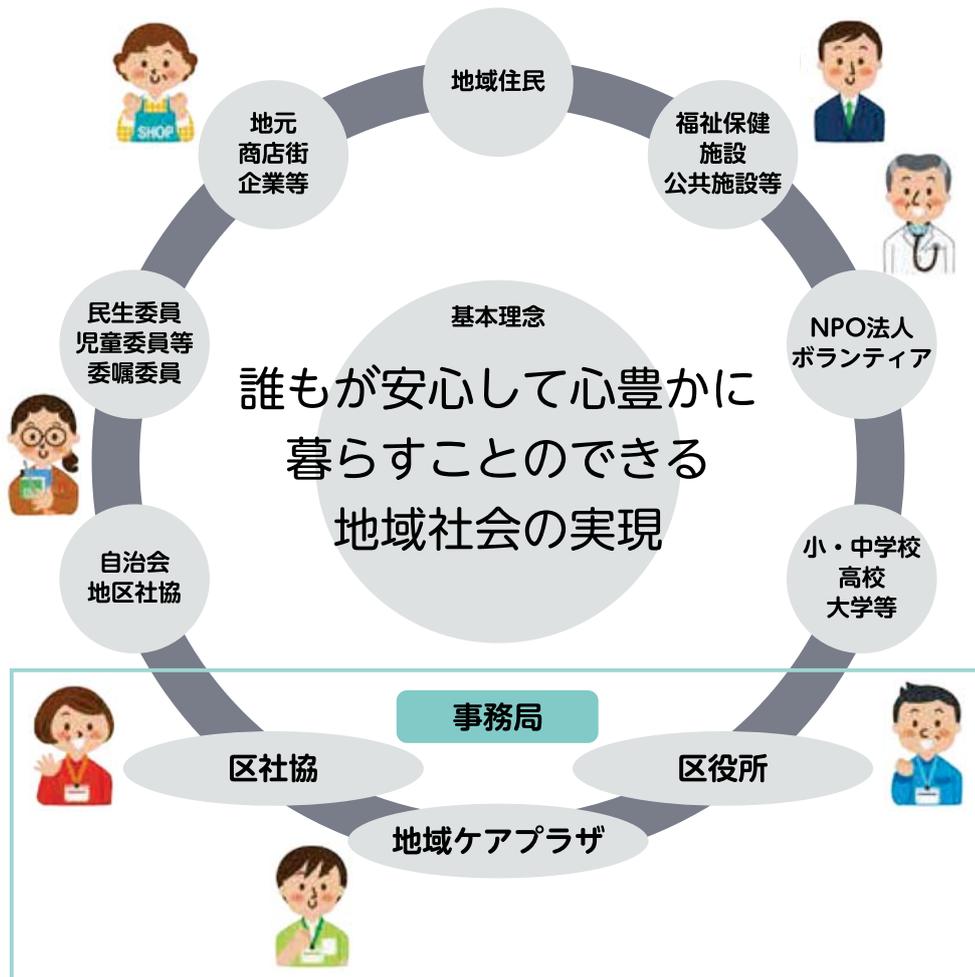
一人ひとりが地域に目を向け、身近なイベントなどへの参加を通して地域の魅力を知るとともに、地域の困りごとを「他人ごと」ではなく「自分ごと」として意識し、助けあうことが大切です。

### 計画の推進体制

計画の理念である「誰もが安心して心豊かに暮らすことのできる地域社会の実現」に向けて、地域住民や地域の活動団体、委嘱委員、福祉保健施設、学校、区民利用施設、企業等が、それぞれの立場で取り組めることを話しあい、連携しあう仕組みづくりを進め、一体的に取り組んでいきます。

また、計画の事務局でもある「区役所」「区社協」「地域ケアプラザ」が、その専門性を生かしながら共に計画を進めていきます。

### 推進体制のイメージ図



### 3 区役所・区社協・地域ケアプラザの役割

区民や地域団体、事業者、関係機関の皆様と共に、区役所、区社協、地域ケアプラザの三者が緊密に連携しながら、取組を推進します。

#### ◆ 区役所

区役所は、地域福祉保健の総合的な第一線機関として、区域の福祉保健全体を俯瞰しつつ下支えする役割を担います。具体的には、次のような役割を果たします。

- 地域の状況やニーズを、地域住民や地域の活動団体、事業者、区社協、地域ケアプラザと共有し、課題解決に向けて連携・協働しながら取組を進めます。
- 地域において福祉保健への関心や理解が深まり、人と人がつながることで、地域全体で支えあえるよう支援します。
- 個別の支援を通して把握した地域課題や潜在的な課題を、取組に反映させていきます。

#### ◆ 区社協

区社協は、「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」という活動理念のもと、地域住民や様々な団体・施設・関係機関とともに福祉のまちづくりを進めます。

- 個別サービス事業や戸塚区社協ふれあい助成金を通して、困りごとを抱えている住民の支援や地域の福祉活動の推進に取り組みます。
- 子どもから大人まで全ての人を対象に、福祉教育やボランティア講座などを開催することで、福祉に関する理解・啓発や福祉活動の担い手の裾野を広げます。
- 共同募金や善意銀行等の業務を通して、地域から寄付金品などをお預かりして、福祉施設や福祉活動団体等に配分を行い地域福祉の推進に生かします。

#### ◆ 地域ケアプラザ

地域ケアプラザは、地域の身近な福祉保健活動の拠点として、地域支援の中核的な役割を担います。具体的には、次のような役割を果たします。

- 世代や分野を問わず、様々な相談を受け止めることで地域の困りごとや住民の声を把握し、各職種の専門性を生かしながら支援を行います。
- 自主事業の実施や福祉保健活動団体への活動の場の提供により、地域住民との顔の見える関係づくりやネットワークづくり、活動の担い手の発掘などに取り組みます。
- 構築した関係やネットワークを生かし、地域住民や団体と連携しながら地域の課題解決に取り組むことで、地域の中で見守り、支えあう仕組みづくりを進めます。



## 全ての人に支援を届けたい！

### ～制度の狭間にある、生活の困りごとを抱えている人への支援～

#### 誰もが生活の困難さを抱える可能性がある

近年顕著となっている就職や住まい、家計のやりくりなどの悩みや困りごとは誰にでも起こりうるようになってきました。さらに、周りに助けを求められず社会的孤立状態が長期化し、例えば「中高年のひきこもり」の問題のように本人からはSOSが出せずに、解決の難しい課題を抱えてしまうこともあります。

こうした生活の困難さや社会的な孤立に関わる複雑な生活課題を抱えている人からの相談も増えています。

#### 世代や分野を超えた制度の狭間にある支援に向けて

第4期とつかハートプランでは、重要な項目として、分野横断的な課題への対応と連携の強化の必要性について取りあげています。何らかの生きづらさを抱えている人への支援に関する取組が少しずつ進められています。

#### <背景>

- ① ニーズが多様化しており、既存の制度だけでは対応が難しくなっていることや、社会的に孤立している人が増えており、生活に身近な地域における支援が重要とされていること
- ② 国の掲げる「地域共生社会」の考え方においても、地域の住民や多様な主体が、「我が事」として参画し、人と人、人と資源が世代や分野を超えて「丸ごと」つながることで、住民一人ひとりの暮らしや生きがい、地域を共につくることが目標とされていること



#### ■ ■ ■ 事例1：ごみ屋敷への支援

基本的に、いわゆる「ごみ屋敷」を解消する責任は、物をためこんだ本人にあります。しかし、その背景には、認知症、加齢による身体機能の低下、地域からの孤立など、様々な課題があります。そのため、ごみ問題である以上に福祉的な問題であり、今日の社会が抱える地域課題の一つだともいえます。

年々増加する、いわゆる「ごみ屋敷」に対応していくためには、区役所各課や関係機関、地域の皆様が一体となって取り組んでいく必要があります。根本的な解決には、ごみを撤去するだけでなく、当事者に寄り添い、福祉的な支援を通して、背景にある課題を解決することが重要です。

こうした取組により、物をためこんだ本人だけでなく近隣の人たちも含めた、誰もが暮らしやすいまちづくりを進めています。

※横浜市では、「横浜市建築物等における不良な生活環境の解消及び発生の防止を図るための支援及び措置に関する条例（いわゆる「ごみ屋敷」対策条例）」を平成28年12月に施行し、いわゆる「ごみ屋敷」の対策に取り組んでいます。

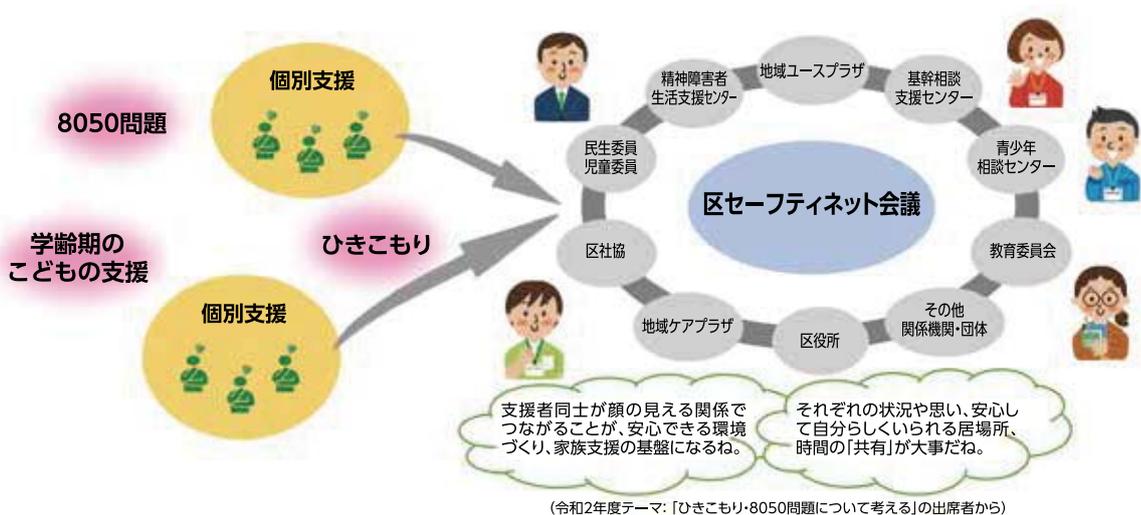


## 事例2：ひきこもりの支援

「ひきこもり」とは、様々な要因によって社会的な参加の場面が狭まり、自宅以外での生活の場が長期にわたって失われている状態のことをいいます。「ひきこもり」は、誰にでも起こりうることで、特別なことではありません。しかし、周りの人に知られたくないなどの思いから、家族だけで抱え込んでしまい、支援につながりにくくなっていることもあります。

どなたにも有効な万能策はありませんが、まずは支援機関につながることで解決の一步となります。ご家族だけで抱え込まず、早期に相談できるように、地域での見守りや気づきを区役所や関係機関につなげていただくことも大切です。

また、区役所では、区内の関係機関が顔を合わせ、個々の支援を通じて把握した共通の課題や解決策の共有を行う「戸塚区セーフティネット会議」を開催し、地域の関係機関の支援ネットワークづくりを進めています。



## 区民の皆様と共に…

制度の狭間で生きづらさを感じている方への支援は、地域の中で見守りやつながりがあることが重要です。区役所や関係機関はもちろんのこと、地域の皆様と共に取り組んでいくことが大切です。

第4期とつかハートプランでは、こうしたさまざまな制度の狭間の困りごとを、世代や分野の垣根を超えた地域全体の課題として、分野横断的な視点を計画に盛り込んでいきます。誰もが安心してこころ豊かな暮らしや生きがいを感じられるような地域社会の実現に向けて、区民の皆様と共に第4期ハートプランを進めていきたいと思ひます。

福祉保健課、生活支援課

## 各ページの見方

## 1 基本目標1 支えあいと助けあいのあるまち

## 現状と課題

## ■ 子育てや介護など2を感じている人がいます

子育てや介護をしている人の中には、困りごとを相談できず、不安を感じている人が多くいます。出産後半年以内に子育てに対して不安を感じ、自信を持てなくなったことがある人は、約8割にも上ります（横浜市子ども・子育て支援事業計画に向けた利用ニーズ把握のための調査H30.11月）。

また、在宅で要介護状態の人を介護している人のうち約8割が何らかの困りごとがあったり、不安を感じたりしています（横浜市高齢者実態調査 R2. 3月）。特に精神的なストレスを感じたり、身体的な負担を感じている人が多く、介護者に対するケアも必要になってきています。

困りごとを抱える人が必要なときに助けを求められることができるよう、地域の中で日常的につながる機会や場をつくる必要があります。

## ■ お互いを理解し、認めあいながら暮らせる地域づくりが必要です

地域の中には、子育てをしている人や介護をしている人・必要としている人だけでなく、障害がある人や外国籍の人など、様々な立場や背景、価値観を持つ人が暮らしています。

誰もが地域の中で安心して暮らせるようにしていくためには、同じ地域の住民同士がお互いを理解して受け入れる意識や、抱えている課題を受け止めていく意識を一層高めていくことが大切です。

## ■ 地域のつながりの中で課題解決を行う仕組みが大切です

近隣で困ったときに相談しあい助けあえる地域にしていくためには、同じ地域の住民同士がつながりづくりを進めていく必要があります。

## 3

## 5年後の目指す姿

誰もが地域の一員として、日頃のあいさつや声かけなどで顔の見える関係を築き、身近なところで支えあい助けあいができる、お互いさまの関係づくりが進んでいます。妊娠期からの切れ目のない子育ての支援や介護者等が安心できる仕組みが整っています。

## 1 基本目標

とつかハートプランが目指す基本理念を構成する、柱となる目標です。

## 2 現状と課題

戸塚区を取り巻く現在の状況や課題について記載しています。

## 3 5年後の目指す姿

第4期計画の最終年度（2025年度）を展望し、地域の目指す姿を示しています。

#### 【取組目標 1-1】日頃からの顔の見える関係づくり

# 4

一人ひとりが身近な地域とつながり、地域の課題解決に向けて協力して取り組む活動が広がるよう、地域住民や関係団体、行政などが連携して地域の基盤づくりを進めていきます。

# 5

#### 【主な取組】

##### 1 人と地域のつながりづくりの推進

推進主体／全体で取り組むもの

- 住民一人ひとりが地域とつながり、支えあうことの重要性について、様々な機会を通して理解を深める取組を進めます。

##### 2 自治会町内会への加入促進

推進主体／地域振興課

- 自治会町内会設立の働きかけや既存の自治会町内会への加入促進を通して、住民同士が支えあう地域づくりを進めます。

##### 3 地区社会福祉協議会の活動支援

推進主体／区社協

- 地区社協は「一人ひとりの困りごとを解決できる地域づくり」を目的とした住民主体の任意組織です。地域の身近な課題を共有し、解決に向けて取り組みます。

##### 4 身近な地域活動の場づくり、機会の提供

推進主体／地域ケアプラザ

- 施設の特徴を生かしながら、地域活動の場づくりや活動団体の支援を行うことで、身近な地域の中での顔の見える関係づくりやネットワークづくりを推進します。

##### 5 戸塚区地域連携チームによる地域支援

推進主体／区全課（事務局：区政推進課）、区社協、地域ケアプラザ

- 区内18地区ごとに区役所・区社協・地域ケアプラザで「地域連携チーム」を構成し、地域の取組や課題解決に協働して取り組みます。

## 4 取組目標

基本目標（①）を実現するために、重点的に取り組む目標を記載しています。

## 5 主な取組

取組目標（④）ごとに取り組む内容を具体的に記載しています。なお、「推進主体」の欄には、区計画の事務局（区役所、区社協、地域ケアプラザ）を中心に記載していますが、推進にあたっては、その他にも多くの団体、機関などが関わっています。

# 基本目標1 支えあいと助けあいのあるまち

## 現状と課題

### ■ 子育てや介護などに不安を感じている人がいます

子育てや介護をしている人の中には、困りごとを相談できず、不安を感じている人が多くいます。出産後半年以内に子育てに対して不安を感じ、自信を持たなくなったことがある人は、約8割にも上ります（横浜市子ども・子育て支援事業計画に向けた利用ニーズ把握のための調査H30.11月）。

また、在宅で要介護状態の人を介護している人のうち約8割が何らかの困りごとがあったり、不安を感じたりしています（横浜市高齢者実態調査 R2. 3月）。特に精神的なストレスを感じたり、身体的な負担を感じている人が多く、介護者に対するケアも必要になってきています。

困りごとを抱える人が必要なときに助けを求められることができるよう、地域の中で日常的につながる機会や場をつくる必要があります。

### ■ お互いを理解し、認めあいながら暮らせる地域づくりが必要です

地域の中には、子育てをしている人や介護をしている人・必要としている人だけでなく、障害がある人や外国籍の人など、様々な立場や背景、価値観を持つ人が暮らしています。

誰もが地域の中で安心して暮らせるようにしていくためには、同じ地域の住民同士がお互いを理解して受け入れる意識や、抱えている課題を受け止めていく意識を一層高めていくことが大切です。

### ■ 地域のつながりの中で課題解決を行う仕組みが大切です

困ったときに近隣で相談しあい助けあえる地域にしていくためには、同じ地域の住民同士がつながりづくりを進めていく必要があります。



## 5年後の目指す姿

誰もが地域の一員として、日頃のあいさつや声かけなどで顔の見える関係を築き、身近なところで支えあい助けあいができる、お互いさまの関係づくりが進んでいます。妊娠期からの切れ目のない子育ての支援や介護者等が安心できる仕組みが整っています。

## 【取組目標 1-1】日頃からの顔の見える関係づくり

一人ひとりが身近な地域とつながり、地域の課題解決に向けて協力して取り組む活動が広がるよう、地域住民や関係団体、行政などが連携して地域の基盤づくりを進めていきます。

### 【主な取組】

#### 1 人と地域のつながりづくりの推進

推進主体／全体で取り組むもの

- 住民一人ひとりが地域とつながり、支えあうことの重要性について、様々な機会を通して理解を深める取組を進めます。

#### 2 自治会町内会への加入促進

推進主体／地域振興課

- 自治会町内会設立の働きかけや既存の自治会町内会への加入促進を通して、住民同士が支えあう地域づくりを進めます。

#### 3 地区社会福祉協議会の活動支援

推進主体／区社協

- 地区社協は「一人ひとりの困りごとを解決できる地域づくり」を目的とした住民主体の任意組織です。地域の身近な課題を共有し、解決に向けて取り組みます。

#### 4 身近な地域活動の場づくり、機会の提供

推進主体／地域ケアプラザ

- 施設の特徴を生かしながら、地域活動の場づくりや活動団体の支援を行うことで、身近な地域の中での顔の見える関係づくりやネットワークづくりを推進します。

#### 5 戸塚区地域連携チームによる地域支援

推進主体／区全課（事務局：区政推進課）、区社協、地域ケアプラザ

- 区内18地区ごとに区役所・区社協・地域ケアプラザで「地域連携チーム」を構成し、地域の取組や課題解決に協働して取り組みます。

# 基本目標 1 支えあいと助けあいのあるまち

## 【取組目標 1-2】 お互いに支え、支えられる関係づくり

地域での様々な活動を通して、日頃からのお互いさまの関係などを基盤としながら、地域の中で互いに助けあいができるよう、取組を広げていきます。

### 【主な取組】

#### 1 身近な地域の見守り・支えあいの取組支援

推進主体／地域ケアプラザ、区社協

- 地域のボランティア、民生委員・児童委員、友愛活動員、自治会町内会、地区社協などが主体的に行う、子どもから高齢者まで様々な人が集うサロン、カフェ、遊び場、交流の場などにおける、身近な地域の見守りや支えあいの取組を広げます。

#### 2 民生委員・児童委員、主任児童委員による活動の推進

推進主体／福祉保健センター各課、区社協、地域ケアプラザ

- 民生委員・児童委員及び主任児童委員が取り組む、生活や福祉に関する相談や助言、高齢者の見守り、子育て支援など、地域の中でのつながりづくり、地域ぐるみの支えあいなどを推進し、地域福祉の向上に取り組めます。

#### 3 地域ネットワーク見守り事業「みまもりネット」

推進主体／高齢・障害支援課、区社協、地域ケアプラザ

- 高齢者などが孤立せず安心して地域の中で暮らし続けられるよう、区民、民生委員・児童委員、見守り協力事業者、見守り協力機関（戸塚警察署、戸塚消防署、区社協）などと連携し、活動の輪を広げ、地域全体でのゆるやかな見守り体制を構築・充実させます。

#### 4 子育て応援事業「子育て連絡会」

推進主体／こども家庭支援課、地域子育て支援拠点、地域ケアプラザ

- 地域ごとに子育て支援関係者が集まって顔の見える関係を築き、子育てに関する課題抽出と解決に向けた検討を行います。区の全体会を開催して地域の現状と課題を共有し、区全体のネットワークを強化します。

#### 5 善意銀行事業（寄付）

推進主体／区社協

- 区民・団体・企業などからお預かりした善意の寄付（金品）を、寄付者の意向を踏まえて福祉保健活動団体へ配分することで、地域の福祉保健活動の充実につなげます。

## 6 認知症の人の集いの場の活動支援

推進主体／高齢・障害支援課、地域ケアプラザ

- 認知症の当事者が集うカフェなどを開催し、抱える悩みや地域とのつながりの大切さについて本人が発信できる場づくりや活動支援に取り組みます。



ココロん♪ コ ラ ム No.3

CoCoRoN Column



### みんなで広げよう！ 見守りの輪

戸塚区では、高齢者等が地域の中で孤立せず、安心して暮らしていけるよう身近な地域の見守り・支えあいが行われています。



#### 戸塚区地域ネットワーク訪問事業

ひとり暮らしの高齢者等が、住み慣れた街で暮らし続けられるように、身近な地域での見守り体制を推進しています。各地区社会福祉協議会の訪問員（民生委員・児童委員、友愛活動員、保健活動推進員、ボランティアの方など）が、定期的な「みまもり・声かけ」や訪問活動を実施しています。

定期的な訪問の対象は、65歳以上の、訪問希望の意向のある、ひとり暮らし高齢者、ねたきり高齢者及び認知症高齢者のいる世帯、高齢者世帯などです。戸塚区内で約1万世帯が対象になっています。

※民生委員・児童委員の活動については、P43 ココロんコラム No.11 「身近な地域の相談役～民生委員・児童委員について～」をご覧ください。

#### 戸塚区地域ネットワーク見守り事業（みまもりネット）

民間の協力事業者や地域にお住まいの皆様が、見守り協力機関（警察署・消防署・区社会福祉協議会・水道局・資源循環局）と連携協力し、日常生活や仕事に、高齢者等の「ちょっと気がかり」なことに気づいたときに、地域ケアプラザや区役所へご連絡いただく仕組みづくりを行っています。

「郵便受けや玄関に配達物が残ったまま」「季節外れの服装をしている」「具合が悪そうだけど」「この間も同じことを聞かれた」「最近見かけない」など、民間の協力事業者や地域の方々などから、年間50件近くの連絡をいただいています。令和3年3月末時点で、367の事業者の方々に「見守り協力事業者」に登録していただいています。

戸塚区では、高齢者等が地域の中で孤立せず、安心して暮らしていけるよう身近な地域のみまもり・支えあいが行われています

福祉保健課、高齢・障害支援課、区社協

# 基本目標1 支えあいと助けあいのあるまち

## 【取組目標1-3】多様性の理解の促進

高齢者や障害者、認知症の人や外国籍の人など、様々な背景や価値観を持つ人が地域の中で安心して暮らせるよう、取組を進めていきます。

### 【主な取組】

#### 1 認知症に関する地域理解の促進

推進主体／地域ケアプラザ、高齢・障害支援課

- 地域、学校、事業所などで認知症に関する講座を開催し、認知症の人やその家族を応援する認知症サポーターを養成します。実施にあたっては、認知症の理解を地域に広める役割を担うキャラバン・メイト連絡会と連携して推進します。

#### 2 障害に関する地域理解の促進

推進主体／地域ケアプラザ

- 地域団体や障害者施設などと連携しながら、身近な地域で障害に関する講座の開催や啓発活動を行うことで、障害に対する理解を促進します。

#### 3 障害者週間シンポジウムの開催

推進主体／区社協

- 12月3日から12月9日の障害者週間に、当事者団体や障害者施設などと連携してシンポジウムを開催し、障害に対する理解と啓発を促進することで、当事者の地域生活を支援します。

#### 4 精神保健福祉に関する地域理解の促進

推進主体／高齢・障害支援課、地域ケアプラザ

- 地域ケアプラザにおいて、こころの病を持つ人が気軽に立ち寄れる「あったまり場」を開催し、当事者活動の支援を行います。また、生活支援センターや戸塚区地域自立支援協議会等と連携した啓発活動を行い、障害の有無に関わらず誰もが安心して暮らせる地域づくりを進めます。

#### 5 障害者自立支援協議会の実施

推進主体／基幹相談支援センター、精神障害者生活支援センター、高齢・障害支援課、こども家庭支援課

- 障害のある人が地域で安心して暮らせるよう、区内の障害福祉に関わる支援機関、事業者、団体などが地域課題の検討やネットワークの構築、地域への普及活動などの取組を推進します。

## 【取組目標 1-3】 多様性の理解の促進 つづき

### 6 福祉教育への支援

推進主体／福祉保健センター各課、区社協、地域ケアプラザ

- ボランティア団体や福祉施設、障害などの当事者団体と連携し、小・中・高校生それぞれに向けて福祉教育に関するプログラムを実施することで、福祉への理解を深め、住民主体の福祉のまちづくりを推進します。

### 7 外国籍の人を支援する団体への活動支援

推進主体／区民活動センター

- 海外出身者が地域の一員として安心して暮らせるよう、外国人支援などを実施する地域団体に対する活動場所の提供や情報発信を行います。



こころん♪ コ ラ ム No.4

CoCoRoN Column



#### 障害があっても安心して暮らせるまちを目指して

戸塚区では、区役所、基幹相談支援センター、精神障害者生活支援センターと地域活動ホーム、区社協が事務局となり、約60の機関からなる「区地域自立支援協議会」を実施しています。協議会では、横のつながりを作りながら研修、地域向け講座、イベント等を行っています。

また、精神障害者活動支援事業として、地域ケアプラザでこころの病がある人やその家族のためのフリースペース（通称「あったまり場」）や地域向け啓発講座などを実施しています。地域のボランティアの工夫をこらした講座などで一緒に楽しい時間を過ごすことにより、本人・家族が地域とつながる身近な居場所となっています。

これらが協働して目指すのは、障害があっても安心して暮らせる地域です。障害のある人の安心した暮らしのためには、その人に合ったケアの提供だけでなく、地域全体で協力し、誰もが“自分らしく”暮らせるまちを目指して、お互いの思いや抱える生きづらさを理解していくことが必要です。自分とは異なる条件を持つ多様な人を知ること、交流の機会を通して相手の抱える困難や痛みを想像し共感する心を持つことが、誰もが暮らしやすい地域へとつながっていきます。

高齢・障害支援課



# 基本目標1 支えあいと助けあいのあるまち

## 【取組目標1-4】 家族支援（介護者・保護者・養育者の支援）の充実

子育てや介護をしている人が悩みやストレスを抱え込むことがないように、地域で支えあう環境づくりを進めていきます。

### 【主な取組】

#### 1 身近な地域での介護者支援

推進主体／高齢・障害支援課、地域ケアプラザ

- 「介護者のつどい」などを通して介護者同士が思いを共有・共感しあうことで、介護負担やストレス軽減を図れるよう、支援します。

#### 2 妊娠期から出産、子育て期にかけての切れ目のない支援体制の充実

推進主体／こども家庭支援課、地域子育て支援拠点

- とつかの子育て応援ルーム「とことこ」による妊娠期からの様々な情報提供や相談の玄関口としての機能をはじめ、母子保健コーディネーターによる妊娠期支援や、区役所や地域子育て支援拠点による動画、webを活用した両親教室、お世話体験会などにより、妊娠期からの切れ目のない支援体制を構築します。

#### 3 保育所による地域の子育て支援

推進主体／こども家庭支援課

- 保育所が利用児童のみならず地域に開かれた施設として、地域の未就園の親子を対象とした園舎の開放やランチ交流、交流保育、育児講座、相談などを行うことで、地域での親子の孤立や虐待の発生を予防し、安心して子育てができる環境づくりを進めます。



こころん♪ コ ラ ム No.5

CoCoRoN Column



### とつかの子育て応援ルーム「とことこ」へようこそ！



戸塚区庁舎の3階にあるとつかの子育て応援ルーム「とことこ」は、皆様の子育てを応援しています。子育てに関するお役立ち情報が手に入るほか、ちょっとした相談をすることができます。「とことこ」に立ち寄って得た情報から外に出かけるきっかけになるなど、「とことこ」が地域に繋がる玄関口となっています。ぜひお気軽にお立ち寄りください。

こども家庭支援課



## 安心して子どもを産み育てられるように

### 妊娠期から出産、子育て期にかけての切れ目ない支援

こども家庭支援課では、地域子育て支援拠点と連携しながら、妊娠初期から子育て期までの切れ目ない支援に取り組んでいます。妊婦さんが安心して出産を迎え、子育てができるよう、両親教室の開催や、母子保健コーディネーターによる相談対応など、妊婦さんとその家族に寄り添った支援をしています。これらの取組は、地域の中での仲間づくりや、産後うつ予防にもつながっています。

戸塚で子育てができて良かったと思っただけのよう、地域の子育て支援者や関係団体と連携しながら、安心して子どもを産み育てられる地域づくりを進めていきます。



感染予防の対応として両親教室の動画も作成し横浜 youtube で配信を行っています。



とつかのどうが 検索

こども家庭支援課



### 地域子育て支援拠点「とつとの芽」～安心して妊娠・出産を迎えるために～

とつとの芽では、妊娠期から産後の切れ目ない子育て支援として、様々な取組を行っています。中でも、「赤ちゃんを迎えるためのお世話体験会」は特に人気のプログラムで、沐浴体験や妊婦体験、先輩パパママ・赤ちゃんとの交流ができます。多くのプレママ・プレパパが参加され、初めての沐浴体験にドキドキしながら一生懸命に取り組む姿が微笑ましいです。このプログラムでは、産後の不安感や孤立感を軽減するため、困ったときに使える制度や身近な施設の紹介、地域で活動している人とのつながりや仲間づくりの大切さを伝えています。今後は、身近な地域の中でのつながりづくりに向けた取組を進めていきます。



■ 赤ちゃんを迎えるためのお世話体験会

参加者の声：

- ・家の近くに相談や交流ができる場所があることを知り、とても心強く感じました。
- ・先輩パパママや出産を控えている方たちとの交流、お話を聞いてくれる施設の方が身近にいることは大きな心の支えだと思いました。

地域子育て支援拠点 とつとの芽

## 基本目標2 みんながふれあう場のあるまち

### 現状と課題

#### ■ 多世代がつながる場をさらに広げることが必要です

地域のサロンやカフェ、子ども食堂など、多世代交流のできる場づくりが進んでいます。今後は、これまでの取組を生かしながら、子どもの頃から地域とつながる機会を増やすとともに、様々な世代の人が継続して地域とつながりを持てるような場や機会を広げていく必要があります。

#### ■ 地域活動やボランティア活動への入口を増やすことが必要です

令和元年度に実施した区民意識調査によると、約85%の人が「地域の中で困っている人がいたら、“自分の可能な範囲で手助けをしたい」と答えています。

高齢化が進み支援が必要な高齢者はさらに増えることから、地域福祉保健活動の担い手の裾野を広げる必要があります。多くの人が地域とつながり、地域の活動に参加するきっかけをつくっていくことが重要です。

地域活動に参加しやすい状況について(令和元年度区民意識調査)



#### ■ 地域に根差した様々な施設同士が連携した場づくりが必要

地域活動へ参加する人や地域の中でのふれあいの場を増やすためには、学校や事業所、企業などがお互いに協力し、地域の中でつながる機会や場の提供を行っていくことが大切です。



### 5年後の目指す姿

子どもから高齢者までが気軽集える居場所づくりや、様々な交流ができる場や機会、趣味や特技を生かした活動の仲間づくりなどが、様々なところで広がっています。

## 【取組目標 2-1】多世代交流やふれあいの場・機会の拡大

子どもから高齢者まで幅広い世代が地域の中でつながる場が増えるよう、取組を進めていきます。

### 【主な取組】

#### 1 多世代が集える場の運営支援

推進主体／子ども家庭支援課、区社協、地域ケアプラザ

- 子ども食堂やサロン、カフェなど、子どもから高齢者までが集える場が増えるよう、開設の支援をするとともに、開催場所などの情報を必要な人に届ける周知活動を支援します。

#### 2 介護予防・生活支援サービス補助事業（サービスB）

推進主体／高齢・障害支援課、区社協、地域ケアプラザ

- 地域住民による介護予防や生活支援の活動を支援することで、高齢者の心身機能を維持・向上させるとともに、地域における住民同士のつながりづくりを推進します。

#### 3 生活支援体制整備事業

推進主体／高齢・障害支援課、福祉保健課、区社協、地域ケアプラザ

- 高齢者一人ひとりが自分でできることを大切にしながら暮らし続けるために、多様な主体が連携・協力する地域づくり（生活支援体制の整備）を進めます。

#### 4 地域運営補助金、地域の居場所づくり補助金

推進主体／区政推進課

- 自治会町内会をはじめ、地域の様々な主体が連携・協働して地域課題を解決する取組を支援します。また、地域において住民相互が交流できる居場所の運営などを支援します。

#### 5 戸塚区社協ふれあい助成金・フレンズ助成金

推進主体／区社協

- 集いの場（サロン、会食会など）や支えあいの活動など、地域福祉や障害福祉に関する活動を行う団体に対して助成金を交付することで、各団体の活動を把握するとともに、より充実した活動となるよう支援します。

#### 6 戸塚区福祉保健活動拠点（フレンズ戸塚）の運営

推進主体／区社協

- 地域福祉や障害福祉に関する活動を行う団体に対する研修の実施や機材の貸出、ボランティアの相談、情報提供などを行うことで、地域での福祉保健活動を推進します。

## 基本目標2 みんながふれあう場のあるまち



ココロん♪ コ ラ ム No.7

CoCoRoN Column



### 地域の中で広がる交流の場・居場所づくり

区内には、住民同士の交流の場としての居場所がたくさんあります。地域では、様々な創意工夫を凝らした福祉活動団体が積極的に活動しています。

#### 新沢池ほっとサロン（戸塚第一地区×福祉施設）

地域の声から、（管轄の地域ケアプラザの）エリア内の福祉施設が部屋を提供し、「高齢者のおしゃべりサロン」を開設しました。

バリアフリーの大きな明るい部屋で、毎月10名前後の参加者と民生委員が集まっておしゃべりをしています。時には、施設職員によるちょっとした健康アドバイスなどもあります。



#### 踊場ふれあいカフェ（踊場地区）

踊場地区社会福祉協議会が主催した「コーヒー名人講座」の受講生が立ち上げたカフェです。ドリップ式のコーヒーと手作りケーキを提供し、だれでも立ち寄れるカフェを運営しています。毎月1回、自治会集会所に子どもから高齢者まで幅広い世代の方が大勢参加しています。



#### ちえのわ寺子屋（大正地区）

空き家を活用して子どもの学習支援をしています。

近隣の小中学校に通っている子どもを対象に宿題を手伝ったり、授業の学びをサポートしています。勉強だけではなく、お手玉、トランプなどレクリエーションも行っています。



また、団体活動の事例発表や課題を共有しながら、より良い居場所活動につなげていくことを目的に、戸塚区社会福祉協議会では、高齢者食事会やサロン等の居場所作りをしている団体同士の情報共有や課題解決の場として、みんなの居場所つながる連絡会を年に2回開催しています。

区社協



みんなの身近なところに居場所が増えるといいね!

## 【取組目標 2-2】 趣味や特技を生かした活動のきっかけづくりや仲間づくり

趣味や特技を生かした活動のきっかけづくりや仲間づくりを進め、地域で活動する人の裾野を広げます。

### 【主な取組】

#### 1 ボランティア入門講座やスキルアップ研修の開催

推進主体／区社協、地域ケアプラザ、区民活動センター

- ボランティア活動を始める人のために、様々な世代向けの入門講座を開催し、地域活動への参加のきっかけづくりを進めます。また、既に活動している人がスキルアップできる研修を開催し、より充実した活動ができるよう支援します。

#### 2 ボランティア・市民活動支援事業

推進主体／区社協、地域ケアプラザ、区民活動センター

- ボランティア活動や市民活動に関する相談を受け付け、必要な情報提供を行うことで、地域活動への参加のきっかけづくりを進めます。

#### 3 地域団体やボランティア団体の交流促進

推進主体／区社協、地域ケアプラザ、区民活動センター

- 地域で活動する団体が情報交換や課題共有を行う交流会を開催することで、団体同士がつながり、協力しあえる関係が築けるよう、支援します。

#### 4 地域づくり大学校の開催

推進主体／区政推進課、区社協、区民活動センター

- 地域の魅力づくりや課題解決の手法を学ぶ場を拡充し、協働による地域づくりを推進することを目的に、地域づくり大学校を開催し、地域における人材育成に取り組みます。

## 基本目標2 みんながふれあう場のあるまち



こころん♪ コ ラ ム No.8

CoCoRoN Column



### あなたのはじめの一步を応援します

地域で「ボランティア活動を始めたい」、「サークル活動に参加したい」と思ったら、戸塚区社会福祉協議会ボランティアセンターまたはとつか区民活動センターへお問合せください。活動に役立つご相談に応じ、適切な情報を提供し、皆様の活動のスタートを応援します。このコラムでは、その一部をご紹介します。

#### ボランティア入門講座「ボランティアのいろは」

心構え、保険等のミニ講義、ボランティア成立の疑似体験や実習等のほかに、参加者の交流の時間もあります。色々な人のボランティアに対する思いなどを聞けば、皆様の新しい扉を開くことにつながるかもしれません。



#### とつかお結び広場

ボランティア活動の紹介と交流を目的としたイベントを例年12月初旬に開催し、100を超える団体・個人の方が出展しています。イベント当日は活動者から直接話を聞き、実際に活動を体験し、多くのつながりを育んでいます。2020年はイベントとしての開催ができず、新たな試みとして特設ホームページで、出展団体の活動を動画で紹介するWEB上での開催となりました。



その他にも、助成金講座やIT講座など活動に役立つ講座も開催しています。

区民活動センター

#### 戸塚区福祉保健活動拠点 フレンズ戸塚（戸塚区社会福祉協議会）

【戸塚町 167-25 TEL866-8434】

関心のある分野・内容、活動をする頻度や曜日、対象者や活動場所、いつから始めたいのか等のご希望に沿ってご案内しています。また、ボランティア保険の加入手続きや、小中高生向けに年齢に応じた福祉体験ができるプログラムを行うなどの福祉教育の推進、また、福祉機材の貸出等も行っています。

#### とつか区民活動センター

【川上町 91-1 モレラ東戸塚3階 TEL825-6773】

ボランティア活動・市民活動・生涯学習活動に関する相談、皆様の「地域で何かはじめてたい」を応援しています。また、戸塚を中心に活動する「まちづくり」、「国際交流」、「青少年支援」など様々な分野の約500の活動団体・個人が登録されており、ホームページや情報誌などで活動を広く紹介しています。

## 【取組目標 2-3】 多様な施設等が連携した場づくり

地域住民や学校、事業所、企業などが協力関係を築き、地域の中でつながることができると場や機会を広げていきます。

### 【主な取組】

#### 1 学校・家庭・地域の連携推進

推進主体／こども家庭支援課

- 学校・家庭・地域が連携・協働して地域の環境美化活動や世代間交流を深める活動などを実施することで、次世代を担う児童・生徒をはじめとする青少年の心豊かな育ちの支援に取り組みます。

#### 2 多様な主体と地域とのつながりづくり

推進主体／区社協

- 地域団体やボランティア、企業、社会福祉法人などが地域課題や個別課題を共有する「社会福祉法人と地域つながる連絡会」を開催し、多様な主体が連携・協働して課題解決に取り組みます。

#### 3 大学等との連携した取組

推進主体／区政推進課

- 大学などが持つ知的資源や人材などの力が地域とつながり、地域の魅力づくりや課題解決の取組が広がるよう、大学などとの連携した取組を進めます。

#### 4 地域施設間の連携促進

推進主体／地域振興課、区民活動センター、福祉保健課

- 地域団体などの自立した活動を支援するため、地域ケアプラザや区民活動センターなどの中間支援組織を軸とする地域施設間の連携を促進し、地域課題や情報の共有を行います。

## 基本目標3 安全・安心、人にやさしいまち

### 現状と課題

#### ■ 日頃からの声かけや見守りが災害時の助けあいにつながります

災害による被害を減らすには、日頃からの備え（自助）と地域での助けあい（共助）が欠かせません。地域には、高齢者や障害者など、災害が発生した際に自力で避難することが難しい人もいます。日頃からの顔の見える関係づくりや見守り活動が、いざという時の支えあいや助けあいにつながります。

#### ■ 安心して生活するためには、全ての人の権利を守ることが必要です

地域で暮らす全ての人が自分らしく安心して暮らせるよう、様々な権利を守ることが必要です。例えば、高齢者や障害者を狙った悪質商法や財産搾取、虐待など、重大な権利侵害の事例が発生しています。

権利の侵害を予防するための取組がますます重要となります。

#### ■ 様々な課題や困りごとを地域全体で受け止め、支援していくことが重要です

地域の中には、公的サービスでは解決が難しい悩みや困りごとを抱え、孤立や不安を感じている人たちがいます。様々な理由から生活の困難さを抱える人の相談数も増えています。

複雑・多様化する課題に対応するためには、身近な地域で困りごとや課題を受け止め、地域の方と関係機関が情報を共有し、課題解決に向けた検討や必要な支援を受けられるような具体的取組を協働により進めることが重要となります。



### 5年後の目指す姿

災害や防犯への備え、地域での自助・共助の意識が高まっています。

子どもや高齢者、障害者などの権利が守られ、社会的支援が必要な人も安心して暮らせる地域づくりが進んでいます。

## 【取組目標 3-1】 災害時の助けあいの仕組みづくり・犯罪等の発生を抑えるまちづくり

日頃から地域で共に助けあえるよう、災害や防犯に対する意識を高めるための仕組みづくりを進めていきます。

### 【主な取組】

#### 1 防災・減災の強化

推進主体／総務課

- 地域防災拠点における訓練の実施や拠点運営委員の研修などの取組を進め、対応力を強化するとともに、地域防災アドバイザーの派遣やマンション防災に関する出前講座を実施することで、各地域の防災の取組を支援し、地域の防災力を高めます。

#### 2 災害時要援護者支援の取組

推進主体／高齢・障害支援課、総務課、福祉保健課

- 災害時要援護者支援を進めるための説明会や取組を補助するコーディネーターの派遣などを行うことで、災害時に地域で助けあう仕組みづくりや地域と要援護者の関係づくりを推進します。

#### 3 災害ボランティアセンター設置

推進主体／区社協、こども家庭支援課、総務課

- 大災害発生時を想定してシミュレーションを実施するなど、平常時より区役所やとつが災害救助活動ネットワークと連携し、運営体制を整えます。

#### 4 災害時のペット対策

推進主体／生活衛生課

- ペットの飼い主に向けて、しつけや避難用品の準備など、災害への備えを周知します。また、ペットを飼っていない人や地域防災拠点に向けて、ペット同行避難の理解と準備が進むよう支援します。

#### 5 地域防犯力の強化

推進主体／地域振興課

- 地域の防犯活動を継続して支援するとともに、警察と連携した防犯講習会の実施や防犯情報メールの配信などを通して、防犯意識の向上に取り組みます。また、特殊詐欺への対策をより強化します。

# 基本目標3 安全・安心、人にやさしいまち

## 【取組目標3-2】 地域における権利擁護の推進

全ての人の権利が守られ、自分らしく安心して生活できるような仕組みづくりや啓発活動を進めていきます。

### 【主な取組】

#### 1 成年後見制度（※）の啓発

推進主体／高齢・障害支援課、区社協、地域ケアプラザ

- 成年後見制度に対する理解が地域や関係機関で深まり、制度の利用が促進されることで、高齢者や障害者が自分の力を生かしながら、地域の中で自分らしく安心して生活できるよう、取組を推進します。

#### 2 あんしんセンターの運営

推進主体／区社協

- 自分で大切な書類や金銭を管理することに不安のある高齢者や障害者を対象に、サービス利用の手続や金銭管理などの支援をすることで、本人の財産や権利を守ります。

#### 3 エンディングノートの普及啓発

推進主体／高齢・障害支援課、地域ケアプラザ

- 一人ひとりが自らの意思で自身の生き方を選択し、人生の最期まで自分らしく生きることができるよう、エンディングノートの活用を通して、自己決定の支援を推進します。

#### 4 地域における詐欺被害・消費者被害防止の注意喚起

推進主体／地域ケアプラザ

- 地域住民全体に対して、関係機関と協力しながら、消費者被害や詐欺などに関する情報を定期的に伝え、地域全体での被害防止や見守りの取組を支援します。

#### 5 子どもの権利を大切に取る取組

推進主体／こども家庭支援課

- 子どもの安全・安心を守りながら、子ども自身が、自分らしく生活し、自分を大切にできるような環境づくりを推進します。

#### ※成年後見制度とは

成年後見制度は、主に認知症高齢者、知的障害者、精神障害者など、自らの権利を擁護することが困難になっている人が安心して生活できるように保護し、支援する制度です。

法的に権限を与えられた後見人などが本人の意思を尊重しながら、財産の管理や身上の監護を行います。後見人などには、親族や第三者(弁護士等)、法人がなることができます。成年後見制度には、あらかじめ元気な時に本人が後見人になる人を決めておく「任意後見制度」と、すぐに支援を開始する「法定後見制度」があります。



### いざというときのために ～身近な地域の災害時要援護者支援の取組～

地域には、高齢者や障害者、子どもや妊産婦など、災害時に自力で避難することが難しい人たちが暮らしています。また、災害によりけがをしまうことで、助けが必要になる可能性は誰にでもあります。

これまでの大きな災害では、救出されたひとの多くがご近所の人たちに救助されました。災害時には、自分と家族の身を守るとともに、隣近所に声をかけて一緒に避難するなど地域ぐるみで助けあうことが必要です。そのためには、日頃からの関係づくりや地域での声かけ・見守りが大切です。



戸塚区でも、地域の中で様々な取組が行われています。例えば、定期的な訪問を行うに当たり、災害時に助けが必要な人を記した地図を作成し、要援護者の状況の確認に加えて、避難ルートの確認を行っている地域があります。また、地域でバンダナを配布し、救助が必要ない場合は玄関先にバンダナを掲げるといった、発災時に安否確認を行うための訓練を行っている地域もあります。

日頃からの地域の関係づくりが防災力となり、いざというときの助けあいにつながります。安全・安心なまちをつくるため、地域のみんなで行っていきましょう。

高齢・障害支援課、福祉保健課、総務課



### わたしのライフデザインノート～戸塚区版エンディングノート

「エンディング」という名前から「自分にはまだ早い」「終わるなど縁起でもない」と暗いイメージで捉えられがちですが、『わたしのライフデザインノート～戸塚区版エンディングノート～』（画像はエンディングノート表紙）はあなたのライフプランを考えるノートです。

好きなこと、健康法、やってみたいこと、これからどうしていくのか、自分で決めることは、高齢者に限らず、どの世代の人にとっても大切なことです。

このノートを書くことで、自分の思いをまとめ、その思いを大切な人と分かちあい、つないでいく…これからの暮らしがより豊かになるよう考えるきっかけになります。



戸塚区役所HPよりダウンロードできます

#### 書き方のポイント

好きな筆記用具で、書きやすいところから書きましょう。

[戸塚区版エンディングノート](#) 

書きにくいところはそのままにしておき、作成したことを大切な人に伝えましょう。

高齢・障害支援課

# 基本目標3 安全・安心、人にやさしいまち

## 【取組目標3-3】 社会的支援が必要な人を支える仕組みづくり

困りごとを抱えている人の背景にある多様で複合的な課題に対して、必要な支援につながるような、支援者同士が緊密に連携し、地域の実情に応じた支援体制づくりを進めていきます。

### 【主な取組】

#### 1 セーフティネット会議の開催

推進主体／生活支援課

- 複合的な課題のある世帯へ支援が届くよう、身近な地域における支えあいの仕組みづくりを進め、課題やニーズに対する共通理解をもち、連携した支援ができるよう、連絡会を開催します。

#### 2 地域ネットワーク構築支援事業

推進主体／生活支援課、区社協、地域ケアプラザ

- 生活困窮者を早期に把握するための「気づきのネットワーク」や、自立した生活を支えるための「支援のネットワーク」づくりを進めるため、地域ケアプラザをはじめとした身近な地域の関係機関等と協働で取り組みます。

#### 3 いわゆる「ごみ屋敷」対策

推進主体／福祉保健センター各課、地域振興課等

- ごみなどが屋内や屋外に積まれ、生活環境が損なわれるいわゆる「ごみ屋敷」の背景にある、認知症、加齢による身体機能の低下、地域からの孤立などの多様な課題を解きほぐしながら、地域や関係機関と連携し、本人に寄り添った支援に取り組みます。

#### 4 子どもと家庭を支える虐待防止環境づくり事業

推進主体／こども家庭支援課

- 子育てサポート連絡会や地区別連絡会を通して、関係機関のネットワークを強化し、地域における児童虐待の理解と見守りを促進します。また、個別カウンセリングや法律相談を実施することで、養育者の育児不安の軽減を図り、児童虐待防止につなげます。

#### 5 高齢者・障害者虐待防止への取組

推進主体／高齢・障害支援課

- 高齢者・障害者虐待に対する理解を促進する講演会や研修会、連絡会を開催することで、虐待の早期発見・早期対応につながる体制構築に取り組みます。また、介護者のつどいなどを通して、介護者の負担やストレスの軽減を図り、虐待防止につなげます。

## 【取組目標 3-3】 社会的支援が必要な人を支える仕組みづくり つづき

### 6 生活福祉資金貸付

推進主体／区社協

- 経済的支援が必要な障害者や高齢者などを対象に、生活資金の貸付や民生委員による必要な援助などを行うことで、生活の自立と安定、生活意欲の助長促進を図ります。

### 7 移動情報センターの運営

推進主体／区社協

- 移動に困難を抱える障害者などからの相談に応じて、サービス事業者やボランティアなどの紹介・コーディネートを行います。また、移動支援に関するボランティア人材の発掘、育成を推進します。



こころん♪ コ ラ ム No.11

CoCoRoN Column



#### 身近な地域の相談役 ～民生委員・児童委員について～

民生委員・児童委員とは、自治会町内会等の代表で構成される地区推薦準備会で推薦され、厚生労働大臣と横浜市長の委嘱を受けた無報酬の非常勤地方公務員です。

親しみを込め「民生さん」と呼ばれ、それぞれ担当区域を持ち、日々の暮らしの困りごとに対する最も身近な相談役・つなぎ役として、また地域のボランティアとして、地域ぐるみの支えあいにつなげていく大切な役割を担っています。

令和3年4月現在、区内で326人の民生委員・児童委員が19の地区に分かれ活動しています。

令和2年12月、区内の民生委員・児童委員の皆様にご活動実態をお聞きするアンケートを実施しました。その中で、力を入れている活動として多くあげられたのは「高齢者の見守り」、次いで「食事会やサロンの運営」でした。

「高齢者の見守り」では、例えば、ひとり暮らしの高齢者のお宅を訪問し、お身体の調子などをお聞きしたり、色々な相談を伺ったりします。「足腰が痛くて…」、「認知症が心配で…」など相談は幅広く、その場でお答えできるものや、区役所や地域ケアプラザと一緒に考え対応するものなど様々です。

「食事会やサロンの運営」では、例えば、高齢者と小学生が同じテーブルで学校給食をいただき、歌やゲームなどの交流を行ったり、小さな子、障害のある子、だれでも気軽に集まれる遊び場を、ボランティアと一緒に楽しみながらつくりつつあります。

このように、民生委員・児童委員は、それぞれ担当する区域内で、地域の福祉のための幅広い活動を行っています。活動を紹介する広報誌「のぼさう愛の手」も定期的に発行しています。戸塚区のホームページに掲載していますので、ぜひご覧いただければと思います。

戸塚区 民生委員・児童委員をご存知ですか？  

福祉保健課

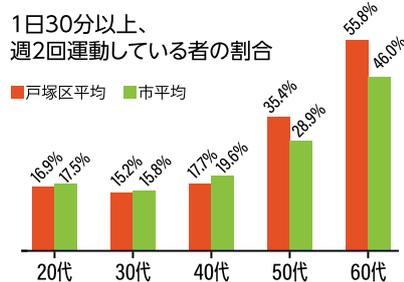
# 基本目標4 いつまでも元気で健やかに暮らせるまち

## 現状と課題

### ■若い世代から健康的な生活習慣に取り組む必要があります

戸塚区では、市平均と比べ、20歳代から40歳代の人たちの定期的な運動習慣が少ない傾向にあります。近年は、全国的に児童の体力低下も課題となっています。

いくつになっても健康で自立した生活を送ることができるよう、若いうちから運動や食生活などの生活習慣を整え、健康づくりに継続して取り組むことが必要です。



【出典】第2期健康横浜21 健康に関する市民意識調査 (H29.3月)

### ■健康づくりを行う団体や活動を行う人への支援が必要です

社会活動に積極的に参加している人ほど、高齢になっても健康で自立した生活を送れるといわれています。人とつながる地域活動を活発にすることは、活動する人の健康を保つだけでなく、地域全体が健康で暮らしやすくなり、住んでいる人全体にも良い影響を与えるとされます。

そのため、身近な地域で健康づくりを行う団体や活動者が地域の実情に合わせて継続して活動できるように支援をしていく必要があります。

### ■医療と介護の切れ目のない連携が求められています

2025（令和7）年には団塊の世代が75歳以上になり、さらに高齢化が進むことから、医療や介護が必要な高齢者の大幅な増加が見込まれます。住み慣れた地域で安心して医療や介護の相談や支援が受けられるような、切れ目のない体制が求められています。



## 5年後の目指す姿

健康づくりや介護予防に気軽に参加することで、地域での活動を継続できる人が増えています。医療や介護が必要な人に支援や情報が届き、医療・保健・福祉の連携が進んでいます。

## 【取組目標 4-1】身近な健康づくりの場・機会の拡大

全ての年代の人が自分自身の健康づくりに継続して取り組めるよう、身近な地域での健康づくりの活動を広げていきます。

### 【主な取組】

#### 1 健康づくりや介護予防の普及啓発

推進主体／福祉保健課、高齢・障害支援課

- 一人ひとりが健康寿命延伸に向けた効果的な健康づくりの取組や介護予防の知識などの情報が得られ、日常生活に取り入れるきっかけとなるよう、講演会などを通じた普及啓発に取り組みます。

#### 2 働き・子育て世代に向けた健康づくりの機会の提供

推進主体／福祉保健課

- 仕事や育児などで時間がない、働き・子育て世代（成人期）を対象に、様々なライフスタイルに合わせた健康づくりの教室や講座などを企業や地域団体と連携して実施することで、生活習慣病予防の意識啓発を行います。

#### 3 小学生・中学生への健康教育

推進主体／福祉保健課

- 小学生にたばこの害や受動喫煙についての知識を伝えたり、中学生に食生活の大切さを伝えたり、がんについて正確に理解してもらうための授業などを通して、若い世代に生活習慣病予防の大切さを学ぶ機会を提供します。

#### 4 介護予防を目的とした活動の推進支援

推進主体／高齢・障害支援課、地域ケアプラザ

- 高齢者が歩いて行ける身近な場所に、地域の人たちが主体的・継続的に介護予防に取り組む元気づくりステーションなどの様々なグループ活動が広がるよう、支援します。

#### 5 外遊び応援事業

推進主体／こども家庭支援課、地域子育て支援拠点

- 子どもの体力低下を予防し、子どもの発達や社会性の育ちを促すため、地域の子育て支援者や公園愛護会と連携し、公園で外遊びの機会を提供し、子どもたちが健やかに育つ地域づくりを進めます。

#### 6 とつかおやこフェスタ

推進主体／こども家庭支援課、福祉保健課

- 子育て支援に関わる団体や事業者、大学との協働により、妊娠期から中学生までの親子を対象にしたイベントを開催することで、健康増進と子育てを楽しむ環境づくりを推進します。

## 基本目標4 いつまでも元気で健やかに暮らせるまち



ココロん♪ コ ラ ム No.12

CoCoRoN Column



## 元気づくりステーションでいきいき介護予防！

横浜市では、高齢者が地域の中で人とつながりながら、健康で生きがいのある活動的な生活を送ることを目指しています。その取組のひとつが、参加者本人と仲間、そして地域も元気にする自主的なグループ「元気づくりステーション」です。

横浜市内では300グループ以上、戸塚区内でも現在26グループ（令和3年1月時点）が活動しています。

元気づくりステーションは、地域に根ざしたグループ活動であり、体操リーダーや会場準備、お掃除係などの役割をそれぞれがとめ、参加者同士で支えあいながら活動しています。活動内容は、運動、認知症予防のための頭のトレーニング（脳トレ）、お口の体操と様々ですが、仲間と交流しながら、介護を必要とせず地域でいきいきと自立して暮らすための介護予防に取り組んでいます。地域でグループ活動をすることや、役割をもって取り組むことが介護予防の効果を高めると多くの研究で明らかになっています。

あなたも地域でいきいきと過ごすために「元気づくりステーション」に参加してみませんか？



高齢・障害支援課



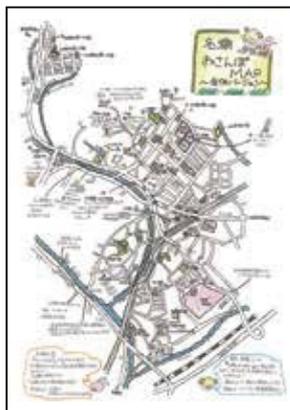
ココロん♪ コ ラ ム No.13

CoCoRoN Column



## 外遊びを習慣に！～地域とともに進める公園遊び～

戸塚区地域子育て支援拠点「とつとの芽」と協働により実施する「外遊び応援事業」は、公園愛護会や地域の子育て支援者の協力を得ながら、各地区の公園で親子に外遊びの機会を提供する事業です。近年、子どもの外遊びの機会が減少し、体力低下が指摘されています。地域の協力を得ながら定期的に外遊びをすることで、子育てを見守る人が増え、子どもが安心して健やかに育つ地域づくりにつながります。



■ 名瀬地区作成の公園おさんぽMAP

名瀬地区では、地域で子育て支援を考える子育て連絡会を開催し、「外遊びのチラシ」や「おさんぽMAP」を作成しました。地域福祉保健計画の地区別計画にも大事な取組として記載するなど、地域全体で取組が広がっています。こども家庭支援課



## 【取組目標 4-2】 地域で健康づくりの活動を行う人への支援

地域での健康づくりや介護予防の活動を広げるため、活動に取り組む人材の育成や活動支援を進めていきます。

### 【主な取組】

#### 1 地域で介護予防活動を行う人の育成や活動支援

推進主体／高齢・障害支援課、地域ケアプラザ

- 高齢者の介護予防に資する住民主体の活動を充実させるとともに、活動がさらに広がるよう、講座などの開催により担い手となる人材を育成します。

#### 2 保健活動推進員の活動支援

推進主体／福祉保健課、地域ケアプラザ

- 地域の健康づくりの推進役として、推進員自らが健康づくりを実践し、血管測定や健康講座など地域での健康づくり活動に取り組んでいます。取組を企画・実践するために必要な知識・スキルを習得する機会や啓発資材などの提供により、関係団体と協力して活動できるよう、継続的に支援します。

#### 3 食生活等改善推進委員会の活動支援

推進主体／福祉保健課

- 地域の食を通じた健康づくりの推進役として、推進員自らが健康づくりを実践し、子どもから高齢者までの幅広い世代に向けた食育活動を実践するために必要な知識や技術の向上を図るための研修を実施します。また、身近な地域活動の中で円滑な運営が行われるよう、支援します。

#### 4 スポーツ推進委員やスポーツ団体の活動支援

推進主体／地域振興課

- スポーツやレクリエーションの振興事業を企画・実施するスポーツ推進委員や地域のスポーツ団体の活動を支援することで、区民の健康づくりや地域のつながりづくりを推進します。

# 基本目標4 いつまでも元気で健やかに暮らせるまち



## 身近な地域での健康づくりの推進役

子どもから高齢者まで、生涯にわたる健康習慣を身に着けることが大切といわれています。日々の生活の中で健康を意識した生活を続けるためには、身近な地域の中で、健康づくりの活動に取り組む様々な活動を進める地域の推進役が大きな力となります。

### 保健活動推進員の身近な地域の健康活動の取組紹介

保健活動推進員は、自治会・町内会からの推薦を受けて、市長から委嘱され地域における市民の健康づくりの推進役として、区役所や地域の団体と連携しながら健康づくりに関する様々な活動をしています。

区全体での代表的な活動としては、毎年の健康まつりで健康チェックや健診勧奨をしたり、毎日の生活に無理なく運動を取り入れられるよう「家の中で何かをしながら体操」を紹介するなど、区民に向けた健康づくりの普及啓発を行っています。

身近な地域では、健康講座やウォーキングなど、様々な活動に取り組んでいます。また、広報紙を作成し、活動の紹介や健康情報の発信を行っています。



■ 家の中で何かをしながら体操



■ 正しい手洗いの講座



■ ウォーキング



■ 公園でのラジオ体操

### 食生活等改善推進員（ヘルスマイト）による身近な地域の食の健康活動の取組紹介

戸塚区食生活等改善推進員会（ヘルスマイト）は、「私達の健康は私達の手で」を合言葉に、子どもからお年寄りまで様々な年代の地域の人たちとふれあいながら、食を通じた健康づくりのボランティア活動をしている団体です。

身近な地域の活動としては、若者世代を対象に「食事における生活習慣病予防のスキルアップ」をテーマとした健康づくり教室を舞岡高校で開催しました。若い世代に好まれるメニュー「イタリアンチキンソテー」「ふわふわ卵スープ」を作り、未来を支える高校生に、偏った食生活を見直してバランスよく食べることで健康の維持ができることを伝えました。また、若いうちからも塩分のとりすぎに気をつけようと、市販のお吸い物の塩分を測定して塩分の濃さを実感してもらいました。



■ 舞岡高校での調理実習の様子 (R1.12.10)

これからも様々な世代に向けた健康づくり活動を続けていきます。

福祉保健課

## 【取組目標 4-3】 医療・保健・福祉の連携促進

医療や介護が必要になっても地域で安心して生活できるよう、医療・保健・福祉が連携して切れ目のない支援を行います。

### 【主な取組】

#### 1 医療・保健の関係機関の連携

推進主体／福祉保健課、こども家庭支援課

- 保健医療の関係機関と連携し、糖尿病の重症化予防などの疾病予防の啓発、周産期医療の支援体制に関する情報共有や検討を行います。

#### 2 在宅医療・介護の提供体制の構築

推進主体／高齢・障害支援課、地域ケアプラザ

- 高齢者が在宅で質の高い医療・介護サービスを受けられるよう、相談窓口である「在宅医療相談室」や医師・ケアマネジャーなどの医療・介護に関わる職種間の緊密な相談支援体制の充実を図ります。

#### 3 区民に向けた在宅医療・介護の普及啓発

推進主体／高齢・障害支援課、地域ケアプラザ

- 高齢者が在宅で安心して医療・介護サービスを利用できるよう、区民向けの講演会などを開催し、在宅療養を支援する仕組みや在宅医療・介護に関する情報を発信します。

#### 4 アドバンス・ケア・プランニングの普及・啓発

推進主体／高齢・障害支援課、地域ケアプラザ

- 人生の最終段階における医療・ケアに関する意思決定を支援するため、「もしも手帳」等を活用したアドバンス・ケア・プランニング（「人生会議」）の普及啓発や普及を推進するための人材育成を行います。

# 基本目標4 いつまでも元気で健やかに暮らせるまち



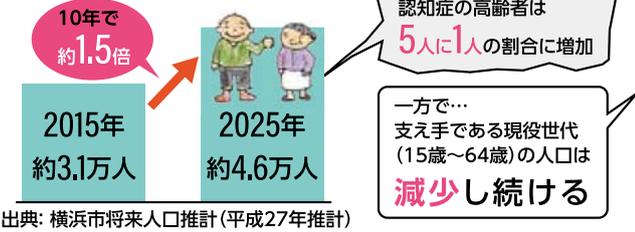
## 高齢者が心豊かに暮らすことのできる地域社会の実現に向けて

### 「地域包括ケアシステム」の構築を進めています

「2025年問題」を聞いたことがありますか？「団塊の世代」が75歳以上となる2025年には、要介護認定者や認知症高齢者がさらに増えることが見込まれています。そのような社会で、高齢者が自分らしく住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるためには、医療や介護の充実に加え、これまで以上に住民同士の見守り、助けあい・支えあいが行われる地域づくり（「地域包括ケアシステム」の構築）が必要です。

戸塚区では、自治会町内会や民生委員等の各種団体、地域住民の皆様による様々な活動が盛んに行われており、今後もそうした「共助の取組」を増やしていくことが重要です。また、区民一人ひとりも、これからの“人生100年時代”を元気に生き生きと暮らすため、元気なうちから、いろいろな備えを「我が事」として考えていく必要があります。

### 2025年の戸塚区はこんな社会になっている!? 【75歳以上(後期高齢者)の人口】

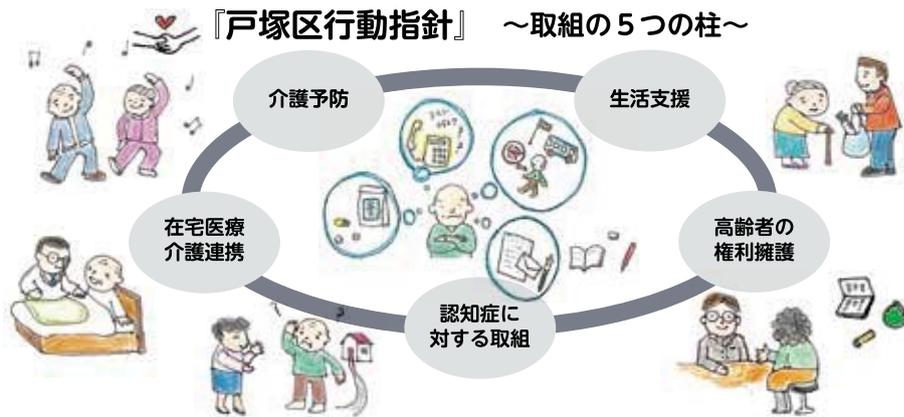


出典: 横浜市将来人口推計(平成27年推計)

### 横浜型地域包括ケアシステムの構築に向けた戸塚区行動指針～取組の5つの柱～

戸塚区では、地域包括ケアシステムの構築に向け、2025年までの中長期的な取組方針として、『戸塚区行動指針』を平成30年3月に策定しました。

『戸塚区行動指針』は、高齢者の状態に応じた必要な取組として、5つの取組の柱を位置づけ、各種事業・取組を進めています。



とつかハートプランの基本理念である「誰もが安心して心豊かに暮らすことのできる地域社会の実現」は『戸塚区行動指針』が目指す姿と同様です。とつかハートプランでは地域のすべての世代の住民を対象としていますが、戸塚区行動指針では、主に高齢者を対象としています。今後も、とつかハートプランと一体になり、複雑・多様化している高齢者の生活課題に対応していきます。

高齢・障害支援課、区社協、地域ケアプラザ