

Totsuka Heart Plan

- Giai đoạn 5



(Kế hoạch Phúc lợi và Y tế Cộng đồng Quận Totsuka)
<Bản giải thích đơn giản>



Hiện thực hóa một xã hội
nơi mọi người đều có thể
sống an tâm
và có đời sống
tinh thần phong phú

Tháng 4 năm 2026

Ủy ban xây dựng và thúc đẩy Totsuka Heart Plan

Ủy ban quận Totsuka và Hội đồng Phúc lợi Xã hội quận Totsuka

Totsuka Heart Plan là kế hoạch hướng tới việc xây dựng quận Totsuka nơi mọi người cùng chung sống an tâm và an toàn.

♡ Điều mà kế hoạch này coi trọng nhất là:

Mọi người trong quận Totsuka gần gũi với nhau hơn, vừa coi trọng lẫn nhau vừa chung tay hợp sức



Linh vật "COCORON"
của Totsuka Heart Plan

Ai cũng đóng vai trò quan trọng
Tất cả mọi người cùng nhau nỗ lực nhé



“Phong cách Totsuka”

♡ Thông điệp chúng tôi muốn truyền tải là:

- Tìm hiểu về khu phố mình sinh sống
 - Kết nối với mọi người và tham gia các hoạt động trong khu phố
 - Thử làm những việc trong khả năng của mình
- Hãy cùng nhau nỗ lực nhé



6 hình mẫu khu phố mà chúng ta hướng đến sau 5 năm -

Khu phố nơi tôn trọng sự khác biệt

- Khu phố nơi mọi người dù khác biệt về ngôn ngữ và văn hóa cũng có thể an tâm sinh sống
- Khu phố nơi giúp hiểu hơn về con người cũng như cuộc sống của những người khuyết tật
- Khu phố nơi hiểu và tôn trọng sự khác biệt của từng cá nhân

Ví dụ **Thể thao hòa nhập**

Ví dụ có thể kể đến như các môn boccia hay molkky. Đây là những môn thể thao mà ai cũng đều có thể tham gia và vui chơi, bất kể tình trạng khuyết tật hay độ tuổi. Việc có những không gian mà ai cũng có thể tham gia sẽ giúp mọi người hiểu hơn về sự khác biệt của từng cá nhân và góp phần xây dựng một cộng đồng biết coi trọng lẫn nhau.



Khu phố nơi mọi người có thể được sống là chính mình và kết nối với nhau

- Khu phố nơi lắng nghe ý kiến của trẻ em nhiều hơn
- Khu phố nơi thấu hiểu cảm xúc của nhau
- Khu phố nơi mọi người luôn được sống là chính mình

Ví dụ **Nhóm vui chơi công viên Totsuka**

"Totto no Me" - cơ sở đóng vai trò trung tâm trong việc hỗ trợ nuôi dạy trẻ em trong khu vực, phối hợp cùng các hội bảo vệ công viên, các ủy viên phúc lợi trẻ em chủ chốt và người dân địa phương để tạo ra những không gian nơi trẻ em có thể trải nghiệm các hoạt động vui chơi thú vị bằng cả năm giác quan tại công viên. Mọi người sẽ cùng nhau trông nom và hỗ trợ để các em có thể vui chơi và lớn lên một cách khỏe mạnh.



Khu phố nơi mọi người nhận ra khi có người gặp khó khăn và sẵn sàng kết nối để hỗ trợ họ

- Khu phố nơi mọi người chủ động hỏi han khi thấy ai đó đang có nỗi phiền muộn
- Khu phố nơi mọi người cùng nhau suy nghĩ, tìm cách giải quyết khi có ai đó gặp khó khăn

Ví dụ **Mimamori Net**

Có một hệ thống sẽ thông báo cho Trung tâm chăm sóc cộng đồng hoặc Ủy ban quận khi nhận thấy những dấu hiệu đáng lo như "bưu phẩm cứ để mãi trong hòm thư" hay "trông người này có vẻ không được khỏe". Tất cả mọi người trong cộng đồng hoặc các đơn vị hợp tác đều có thể thông báo. Đây là hệ thống để mọi người dõi theo và hỗ trợ lẫn nhau, giúp ai cũng có thể an tâm sinh sống.



6 hình mẫu khu phố mà chúng ta hướng đến sau 5 năm -

Khu phố có hệ thống giúp mọi người có thể an tâm sinh sống

- Khu phố có các hội tự quản, tổ dân phố và những người tích cực đóng góp cho cộng đồng
- Khu phố nơi mọi người cùng chung mong muốn “xây dựng một cộng đồng tốt đẹp hơn nữa”

Ví dụ Nhà ăn cộng đồng

Địa điểm mọi người có thể cùng ăn uống với mọi người sinh sống tại khu vực mà không phải ở nhà riêng hay cửa hàng. Mọi người có thể làm quen, chia sẻ khi gặp khó khăn và có cơ hội giúp đỡ lẫn nhau khi có tình huống bất ngờ xảy ra.



Ví dụ Dự án “Kết nối Totsuka”

“Triển lãm giới thiệu những nỗ lực kết nối người dân với các hoạt động cộng đồng tại Totsuka” - nơi có bảng tin chia sẻ các hoạt động của người dân và những sáng kiến cá nhân. Ngoài ra còn có “Mini Festa” - nơi bạn có thể lắng nghe các câu chuyện từ những người tham gia và trực tiếp trải nghiệm, cũng như “Hội nghị báo cáo” - nơi mọi người cùng nêu ý kiến và trò chuyện. Thông qua những sự kiện này, ngày càng có nhiều người tham gia các hoạt động tại địa phương hơn.



Khu phố nơi mọi người cùng đoàn kết

- Khu phố có các hoạt động được tạo nên từ mong muốn của người dân và các tập thể tổ chức
- Khu phố nơi mọi người và các tập thể đang sinh sống, làm việc và học tập tại Totsuka cùng đoàn kết
- Khu phố nơi mọi người cùng đoàn kết để hỗ trợ lẫn nhau cả về sức khỏe thể chất lẫn tinh thần

Ví dụ Diễn tập phòng chống thiên tai

Bên cạnh các buổi diễn tập do hội tự quản, tổ dân phố tổ chức và các buổi diễn tập tại chung cư, các cơ sở phúc lợi trong khu vực cũng tham gia, hợp tác với các doanh nghiệp để tổ chức nhiều hoạt động trải nghiệm khác nhau. Mọi người trong khu phố vẫn thường xuyên cùng nhau tham gia các hoạt động để chuẩn bị cho những tình huống bất ngờ xảy ra.



Khu phố bảo vệ bản thân bạn và mọi người

- Khu phố nơi mọi người phát huy những mối quan hệ thường ngày để có thể giúp đỡ lẫn nhau khi xảy ra thiên tai
- Khu phố nơi mọi người nắm rõ cũng như chủ động phòng ngừa chứng say nắng và các bệnh truyền nhiễm
- Khu phố nơi mọi người tham gia các buổi diễn tập phòng chống thiên tai để sẵn sàng ứng phó khi có tình huống khẩn cấp

Trong Heart Plan cũng có các kế hoạch theo từng khu vực

Cả 18 khu vực đều có kế hoạch nhằm hiện thực hóa mong muốn “xây dựng một khu phố như thế này”.



Totsuka Heart Plan - Giai đoạn 5 (Kế hoạch Phúc lợi và Y tế Cộng đồng Quận Totsuka)

Ban Phúc lợi và Y tế - Ủy ban Quận Totsuka
Số 16-17, thị trấn Totsuka, quận Totsuka
TEL 045-866-8424/FAX 045-865-3963
Email: to-tihukuho@city.yokohama.lg.jp

Hội đồng Phúc lợi Xã hội Quận Totsuka
Số 167-25, thị trấn Totsuka, quận Totsuka
TEL 045-866-8434/FAX 045-862-5890
Email: info@totsukashakyo.com