

1 第3期区全体計画の構成

第3期区全体計画の軸となる部分の構成は、下記の項目です。

◆ 基本理念

〈基本理念〉 たすけあい・支えあい・人と人とのネットワーク

この計画で目指す目標像を、基本理念として設定します。「あいねっと」の語源である、「たすけあい・支えあい・人と人とのネットワーク」を掲げることで、これまで積み重ねてきたことを軸としながらも、更にもう一步具体的に踏み込んで、取組を深めていくことを目指します。

◆ 推進の柱

基本理念の基に、鶴見区が目指していく地域づくりの方向性を示す軸として、「推進の柱」を表現します。第2期計画では、基本理念「健康で住みやすい福祉のまちに」のもと、3つの重要な柱を掲げました。地域の福祉保健活動は息長く継続して取り組む必要があります。第3期計画ではこれまでの考えを継承しながら、健康寿命を延ばす取組の充実が求められていることを踏まえ、新たに、「健やかに暮らせる地域づくり」という柱を設定します。

◆ 目指す姿

計画を推進するには、到達したい目標を明確化することが望ましいため、第3期計画では新たに、期間内に目指す姿を、推進の柱ごとに表現します。

◆ キーワード

目標のイメージがつきやすいように、推進の柱ごとに分類したキーワードを設定します。

このキーワードは、地区別計画で設定される各地区の具体的な目標にも掲載することで、地区別計画の目標が区全体計画のどの推進の柱に該当するかを明示し、地区別計画と区全体計画の連動性を明確化します。

◆ 行動目標

推進の柱ごとに、行動目標を表現します。

◆ 具体的取組例

推進の柱及び行動目標を踏まえ、具体的に実施する取組の例を表現します。「全体」「区役所」「区社協」「地域ケアプラザ」に分けて記載します。

【第3期鶴見・あいねっこの方向性】

第2期計画では、基本理念「健康で住みやすい福祉のまちに」のもと、3つの重要な柱を掲げました。地域の福祉保健活動は息長く継続して取り組む必要があることから、第3期計画でもこれまでの考えを継承しながら、健康寿命を延ばす取組の充実が求められていることを踏まえ、新たに、「健やかに暮らせる地域づくり」という柱を設定しました。これまでに積み重ねてきた活動を軸としながらも、更にもう一步具体的に踏み込んで、取組を深めていくことを目指します。

〈基本理念〉たすけあい・支えあい・人と人のネットワーク

推進の柱①

つながりのある 地域づくり

〈目指す姿〉

住民同士があいさつや声かけを行ったり、地域での活動に参加することにより、世代やその地に住む期間に関係なく、地域の中で顔の見える関係づくりが進んでいます。

住民や関係機関等と一緒に、地域の状況に応じた課題解決に向けた取組がより充実しています。

〈キーワード〉

交流

人材



推進の柱②

必要な人に支援が 届く仕組みづくり

〈目指す姿〉

地域全体での日頃からの見守り・支えあいの仕組みづくりが進み、支援を要する人がどこかにつながることができています。

情報を発信しない把握しづらい人の存在にも目を向け、いざというときに助けることができる活動が広がっています。

〈キーワード〉

支えあい

見守り

情報

互いの理解



推進の柱③

健やかに暮らせる 地域づくり

〈目指す姿〉

個人の健康への意識が高まるとともに、地域での主体的な健康づくり活動が行われ、住民相互のつながりが更に深まっています。

誰もがいきいきと充実した、心身共に健康な生活を送るための取組が進んでいます。

〈キーワード〉

健康

場・機会



推進の柱①
つながりの
ある
地域づくり

行動目標① 世代間の交流を進めます

- <取組例> • あいさつや声かけの実施
• 子どもとともに地域活動の企画

行動目標② 地域の団体や関係機関の連携を深めます

- <取組例> • 自治会町内会、近隣施設、専門機関との関係強化

行動目標③ 幅広い住民の参加を促し、地域活動の担い手を育てます

- <取組例> • 地域活動へ一歩踏み出す後押しをする取組
• 高齢者の力の活用

行動目標④ 地域活動や個人、団体をつなぐコーディネーターを育てます

- <取組例> • 手助けを必要とする人とボランティアをする人のつなぎ役の育成

推進の柱②
必要な人に
支援が届く
仕組み
づくり

行動目標① 誰もがどこかにつながるような支えあいのネットワークをつくります

- <取組例> • 支援を必要としている人を把握し支援につなげる取組

行動目標② 見守りの輪を地域全体に広げます

- <取組例> • 隣近所での見守り
• 災害時に備えた共助の取組

行動目標③ 必要な情報をわかりやすく届けます

- <取組例> • 子どもにもわかりやすいお知らせ
• 情報発信方法の工夫

行動目標④ 地域の中で共に暮らすということを意識します

- <取組例> • 多文化共生、障害、認知症等への理解啓発

推進の柱③
健やかに
暮らせる
地域づくり

行動目標① 地域での健康づくり活動に取り組みます

- <取組例> • 自分の健康状態を知る機会づくり（健康チェック等）
• 住民の健康づくりにつながる活動（ウォーキング、健康体操等）
• 各種団体の活動や行事そのものが健康につながる取組

行動目標② 意欲と能力を発揮でき、いきいきと暮らせる場や機会をつくります

- <取組例> • 個人の能力や特技を発揮できる出番づくり
• 既存の活動の頑張りへの評価
• 世代を問わず気軽に集える場づくり（交流サロンの開設など）

推進の柱① つながりのある地域づくり

〈キーワード〉 交流 人材

幅広い生活課題に対して住民、行政、関係機関等と一緒に取り組み、解決を目指すために、その基盤となる「人と人とのつながり」や「顔の見える関係づくり」を進めます。また、地域活動に関心を持つ人を増やし、参加するきっかけづくりを行うことで、地域活動への幅広い住民参加を促し、担い手の育成を進めます。

■目指す姿

住民同士があいさつや声かけを行ったり、地域での活動に参加したりすることにより、世代やその地に住む期間に関係なく、地域の中で顔の見える関係づくりが進んでいます。

住民や関係機関等と一緒に、地域の状況に応じた課題解決に向けた取組がより充実しています。

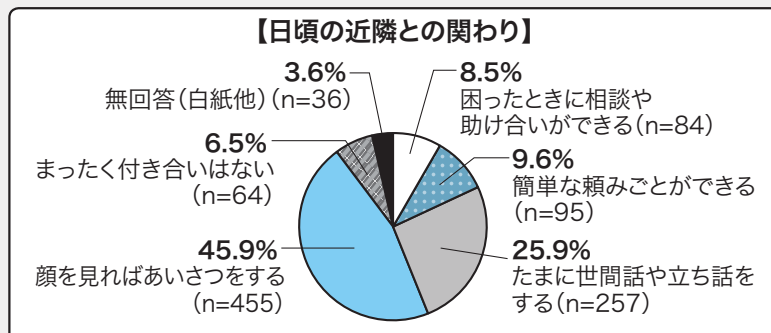
■現状(各地区で寄せられた主な課題)

- 大型マンション建設等により転入する住民が増えている中、古くからの住民の方と新しい住民の方との交流が少ない。隣に誰が住んでいるかわからない場合も多い。
- 隣近所で挨拶を交わすことが減ってきている。
- 世代間での交流の機会が少ない。
- 若い世代が受け身になりがちで、地域との交流が少ない。
- 団体間での横のつながりがもっと深まるといい。
- 地域活動に参加する人が少なくなってきている。同じ人が複数の役を兼ねている。
- 担い手が高齢化しており、自治会の運営が厳しくなってきている。次の世代にうまく引き継いでいくには、どのようにすればよいのだろうか。
- ボランティアに関心ある人と、担い手を求めている活動とが結びつきにくい。

■区民アンケート結果

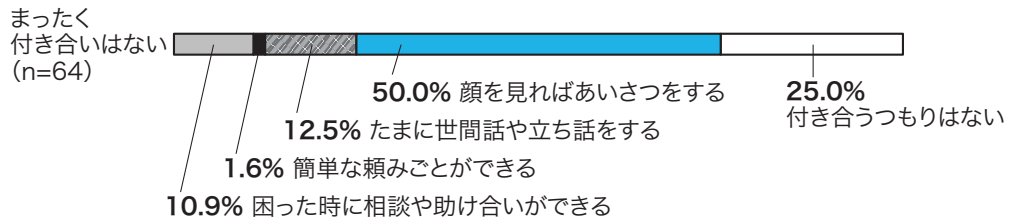
◇近隣との関わりの薄い人も、なんらかの近隣との関わりを希望

日頃の近隣との関わり方で、「困ったときに相談や助け合いができる」、「簡単な頼みごとができる」の割合は、2割に満たない。



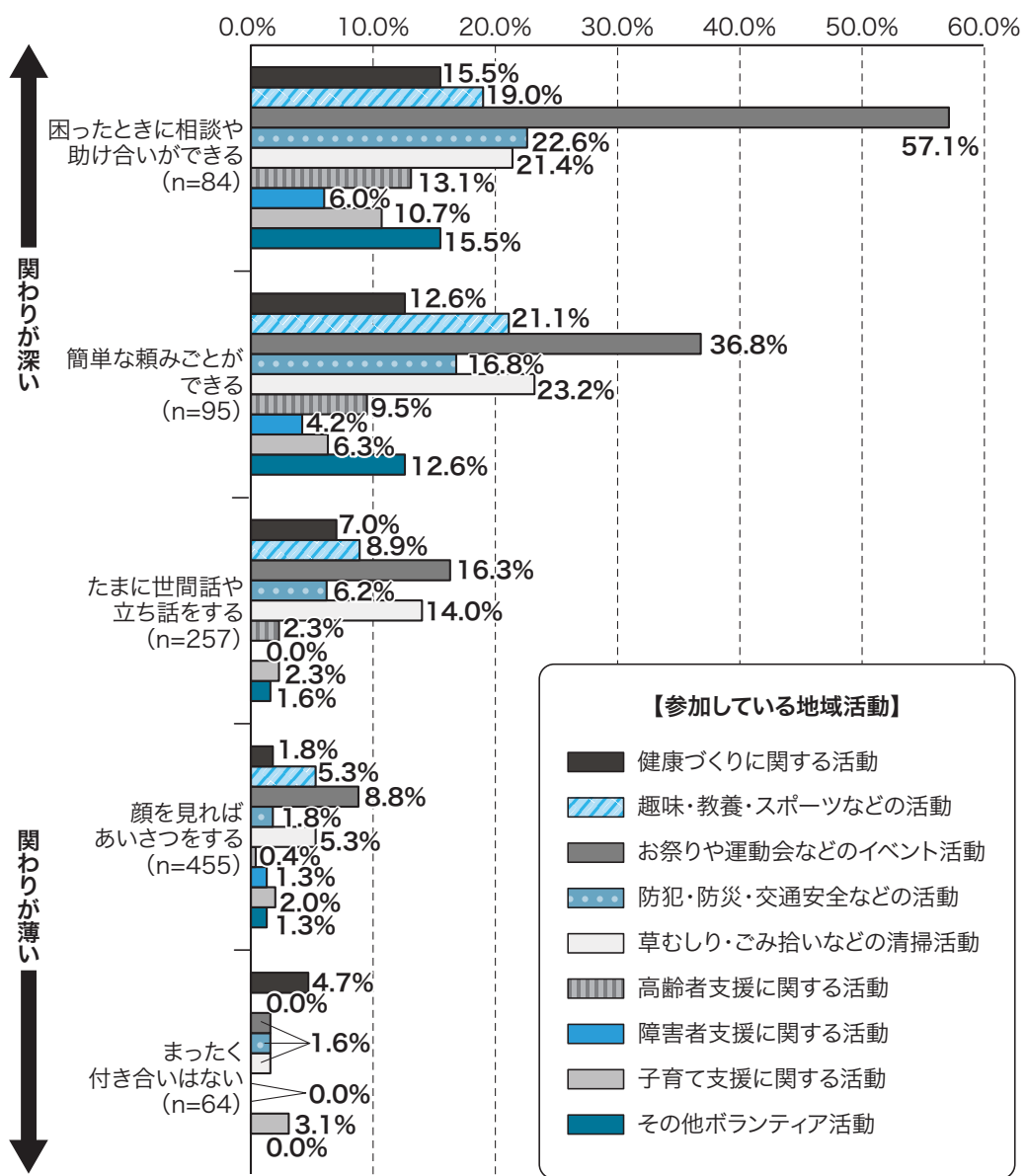
しかし、現在の近隣との関わりが「まったく付き合いはない」と回答した人の75%が近隣となんらかの関わりをもちたいと希望している。

【日頃の近隣との関わりが「まったく付き合いはない」と回答した人が、希望する関わり】



◇近隣との関わりが深い人ほど、地域活動への参加割合が高い傾向

【地域活動の参加状況(日頃の近隣との関わり別)】



【参加している地域活動】

- 健康づくりに関する活動
- 趣味・教養・スポーツなどの活動
- お祭りや運動会などのイベント活動
- 防犯・防災・交通安全などの活動
- 草むしり・ごみ拾いなどの清掃活動
- 高齢者支援に関する活動
- 障害者支援に関する活動
- 子育て支援に関する活動
- その他ボランティア活動

〈推進の柱①〉
行動目標①

世代間の交流を進めます

転入者の増加や世代間の関わり方の減少という現状を踏まえ、転入してきた住民とその地に長く暮らす住民との交流や世代を越えた住民間の交流など、地域の中での人と人とのつながりづくりを進めます。

具体的取組例

- あいさつや声かけの実施
- お祭りなど今ある地域行事の継続した実施
- ゴミだしや花壇の手入れなど日頃の暮らしの中での機会を通じた交流
- 大型マンション住民や引っ越してきた住民とのつながりづくり
- 高齢者と子どもの世代を越えた交流（多世代が参加する行事の実施、高齢者から子どもへ昔遊びの伝承など）
- 比較的誰もが関心のあるテーマ（防災、健康など）を切り口としたつながりづくり
- 子どもとともに取り組む地域活動の企画など「子ども」をキーワードとした交流の仕掛け
- 学生の地域参画へのきっかけづくり
- 新しい参加者を増やす仕掛けの工夫
- 子どもの頃からの人とのつながりを大切にする教育

…………… 策定検討会や地区懇談会等でのご意見 ……………

- 鶴見区には、お祭りなど地域の行事が多く、地域の人々のつながりを作るうえで大きな役割を果たしている。
- 大型マンション住民など、なかなかつながりをもちづらかった方々に対して、防災など関心の高い事項を切り口にしてアプローチをしたら効果的であった。
- はじめの一步として、隣近所の顔がわかるようにしていきたい。
- 隣近所の方へのあいさつ運動を広げていきたい。あいさつ運動は防犯にもつながる。
- 挨拶しても返事をしてくれなかった子どもが、繰り返し挨拶を続けるうちに、「ただいま」と恥ずかしそうに言ってくれるようになった。小さいときから声をかけていると、大きくなっても寄ってきてくれる。
- 子どもが挨拶するようになるためにも、大人がまず挨拶をすることが大事である。
- 子どもの頃から地域活動を親が子に教えていけば、年をとっても地域活動を自然と行うようになる。
- 町内会行事の企画段階から子どもも参加して、意見を取り入れると、子どもも主体的に行事に参加するようになる。

〈推進の柱①〉
行動目標②

地域の団体や関係機関の連携を深めます

複数の組織や団体が協力したり、お互いを補いあったりすることで、それぞれの活動や取組が広がり効果が高まります。そのため、地域で活動する団体、行政、関係機関、企業等が横のつながりの関係を強め、連携を深めていきます。

具体的取組例

- 自治会町内会との関係強化
- 教育機関（大学、小中学校など）をはじめとする近隣施設との連携
- 専門機関との関係強化
- 企業との関係強化
- 活動団体間の交流（団体交流会の実施など）
- 関係団体の連絡会等の実施や参加
- 複数の組織が協力した行事や事業の開催
- 関係機関が連携した認知症による徘徊への見守り体制づくり

..... 策定検討会や地区懇談会等でのご意見

- 地縁型の活動とテーマ型の活動が、うまくつながれるような工夫が必要である。
- あいねっとの活動が点ではなく、更に「面」にならなくてはいけない。
- 個人でできることには限度がある。それ以上のことは専門機関に委ねることも大切。連携するため情報交換する場があるといい。
- 町内会などの枠にとどまらず、近隣の地域の中で、場所や道具を融通しあい協力できるといい。
- 高齢者の多い団体と子どもの多い団体が連携し、一緒に行事を開催すれば、世代間交流になる。

〈推進の柱①〉
行動目標③

**幅広い住民の参加を促し、
地域活動の担い手を育てます**

鶴見区では、長年にわたり、地域活動が非常に活発に行われてきています。しかし、これまで積み重ねてきた活動の後継者となる担い手の不足や担い手の高齢化が、各地区で共通する課題となっています。この現状を踏まえ、地域活動に関心を持つ人を増やし、一人でも多くの住民が地域活動に参加できるよう促し、地域活動の担い手を育てていきます。

具体的取組例

- 地域活動へ一歩踏み出す後押しをする取組（取組事例を紹介するイベントなど）
- 地域を知るきっかけづくり（地域情報や活動に関する情報発信など）
- 地域への愛着、思いの醸成
- 支えられる側と考えられがちの人たち（高齢者、障害者、養育者など）が担い手になる取組
- 高齢者の力の活用（定年退職者の能力の発揮、高齢になってもできるボランティアなど地域活動への参加など）
- 幅広い方への地域行事に参加してもらう呼びかけ（学生の力の活用、若い親世代へ子どもをきっかけとした地域への関わりの促しなど）
- ボランティアの育成や活動への支援（ボランティア講座など）

..... **策定検討会や地区懇談会等でのご意見**

- 今までは支えられる側として考えられがちであった方々（高齢者、障害者、養育者など）が、今後は担い手になっていく可能性がある。実現するためにはサポートも必要である。
- ボランティアをする際、人からかけられる「ありがとう」の言葉が嬉しい。ボランティアという敷居が高く感じる人も多いのでは。自分のためになる（健康維持、生きがいづくり）ことがわかれば、参加する人も増えるのでは。
- 活動を進めていくうえでは、「責任」や「具体的に」といった緩やかなルールづくりも大切である。
- 小さくてもいいので役割を持たすことが、地域へ目を向けるきっかけになる。
- 定年退職後のシニア層に、地域活動にもっと関わってもらいたい。
- 65歳で高齢者というには早い。75歳位まで活発に活動されている方が多く、「高齢者」という名前がなければより働きやすいのでは。
- 男性が地域活動に参加しやすいよう、男性向け講座の回数をもっと増やしてはどうか。
- 防災訓練に、中高生を加えて行っていきたい。
- 外国につながる方の特技が引き出せる勉強会があるといい。

〈推進の柱①〉
行動目標④

**地域活動や個人、団体をつなぐ
コーディネーターを育てます**

地域の中には、活動する個人や団体、手助けを必要とする人やお手伝いをしようとする人などが存在します。それぞれの求めることをうまくコーディネートし、互いにふさわしい相手や取組につなぐことが大切です。そこで、互いに助け合える関係ができるよう、活動自体や個人、団体をつなぐコーディネーター役を育てていきます。

具体的取組例

- 手助けを必要とする人とボランティアする人のつなぎ役の育成
- ボランティアしたい人と担い手を求めている活動の結びつけ
- 地域活動に関心をもった人やボランティア講座を修了した人を、活動団体に参加できるようコーディネート
- ボランティア同士のつなぎ役の育成
- 個々の特性を見極め、活動につなぐことができるコーディネート力の向上
- 自主的な活動を始める団体や続けていく団体への適切な助言などの支援

..... **策定検討会や地区懇談会等でのご意見**

- 地域で困っている人がいたら、それを手助けできる人へつなぐ人がいると、地域でお手伝いを出来る人が増えていくのではと思う。つながりをつくる上手な方法があると、あと一歩踏み出せないでいる人がつながり、グループ化し活動が活発化していくと思う。落ち葉が多くて掃除をしている人はいるが、その人を助ける人は少ない。でも声をかければやってくれる人はいる。最初は嫌々でも次第に楽しくなる、そういう背中を叩かれない人はきっといるはず。
- 鶴見には手芸などいろいろな特技を持った人が多くいる。そういった多様な人材を、サポートを求める団体へ結びつけ活かしていけるといい。

推進の柱① 「つながりのある地域づくり」への主な取組

区役所の取組

◆交流へとつながる行事や事業の実施

世代やその地に住む期間に関係なく交流が進むよう、また地域活動に参加するきっかけ作りとなるよう、多くの人や団体が参加する行事や事業の実施や支援を行います。(区民フェスティバル、あいねっと推進フォーラム、つるみ子育て・個育ちフォーラムなど)

◆関係者との連絡会の開催

地域の団体や関係機関、企業等のネットワークを更に強めていくために、関係者との各種連絡会を開催します。(地域福祉保健推進会議、健康づくり推進会議、地域ケア会議、虐待防止・徘徊認知症高齢者地域支援連絡会、自立支援協議会、児童虐待防止連絡会、地域子育て支援ネットワーク会議など)

◆地域支援体制による地域への関わり

各部署での業務や事業、また、地域支援体制での担当地区への関わりを通して、地域のつながりが広がるように支援を行います。(地区担当による地域支援、地区連合と区役所間での課題共有の実施など)

◆教育機関や医療機関との連携強化

大学等の教育機関と連携し、学生の発想や能力を活かした地域交流や支えあいを促進する取組を実施します。また、住み慣れた地域において在宅療養を望む高齢者を支えるため、医療と介護の連携の強化を進めます。(包括連携協定を締結した大学との各種事業での連携、学生ボランティアによる子どもへの学習支援、在宅医療連携拠点の活用)

◆地域活動の担い手の育成

地域活動の担い手を育成するための講座を開催したり、普及啓発に取り組みます。(キャラバンメイトによる認知症サポーター養成講座、子育てサポートシステムの運営支援、区民講座「鶴見学」、地域等との協働による「地域づくり大学校」など)

◆地域活動の支援

地域の様々な課題解決に取り組む活動のきっかけづくりや、地域の団体が連携した課題解決の活動を支援します。(つるみ・地域のつながり応援事業補助金、つるみ・元気アップ事業補助金、共助のための防災活動等補助金など)

◆地域の資源を生かした多様なサービスの充実

NPO、ボランティア団体、地縁組織など多様な主体が多様な生活支援サービスを実施する体制づくりや、住民が担い手となる環境づくりを進めます。

◆コーディネーターの育成

地域ケアプラザをはじめとする施設職員の能力向上に向けた取組を実施します。また、地域活動の推進者への研修や活動支援を行い、コーディネーター力を育成します。(地域活動支援アドバイザーの派遣など)

区社会福祉協議会の取組**◆区社協会員の連携強化**

区社協の会員同士が連携し、顔の見える関係づくりができるように分科会同士の意見交換会の他、高齢・障害・子どもなど、各分野間での合同研修会の開催などを通して横のつながりをつくり、会員みんなで地域福祉を進めていきます。

◆企業との連携強化

「福祉」を「誰もが住みよいまちづくり」と幅広くとらえ、推進していく上で、企業と連携する事で、営業力（広告力）・資金調達力・人材など、企業の強みを活かした新たな事業展開に活かします。そのために区社協も、従来から築いてきた企業との関わりを基に、積極的にアプローチを行っていきます。

◆地区社協のコーディネート機能の強化

地区社協は、今後身近な地域でのつながり支えあいを築く上で、その調整役として期待されています。そのことを念頭に置き、地区社協が地域のコーディネート機能を担えるように事例を積み上げ、解決に向けた活動が出来るよう支援します。

◆地域活動の担い手育成

電球交換や庭の草むしりなどの具体的な活動から、日々の声掛けなどの緩やかな見守りまで、地域の中で課題発見し「お互い様」という雰囲気の中で助け合える体制ができるように支援します。また、そのために、日常生活の支援が出来るボランティアの育成・発掘を行います。

地域ケアプラザの取組

◆住民間の交流につながる仕掛けの企画

- お祭や交流会などの既存事業の他、地域性や住民ニーズに合わせた自主事業を企画し、世代交流を進める土壌を作ります。
- 関係機関、地域団体等と協働で、ケアプラザ内だけでなく、身近な地域の中でも交流の場を設けていきます。
- 地域への関心が高まるような企画（歴史散策など）も取り入れていくことで、幅広い住民層が参加、交流できるように工夫します。

◆地域福祉のネットワーク構築

- 地域の各種団体の会合や行事への参加をはじめ、地域ケア会議・福祉教育等を通じて地域との連携を強化します。
- 医療や介護等の専門職間連携を強化し、地域の各種団体につなげる橋渡し役を担います。
- 地域の中の企業や商業施設へアプローチし、災害時の協力体制づくりや認知症を見守る地域づくりに努めます。
- 地域活動団体同士が交流を持てるよう、連絡会を行います。それぞれの活動を知ってもらい、お互いに連携が図れるよう支援していきます。

◆地域の担い手を育成するプログラム

- 民生委員・児童委員、地区社会福祉協議会、食生活等改善推進員、老人会、町会のサロンなど、地域の各種団体と共同で、地域福祉に関する講座や研修会、地域向けの取り組みを共同で行います。
- 地域で次の時代の担い手となる、働き盛り世代に向けたプログラム（健康促進等）の提案や、地域の団体と共同したプログラムの提供を行います。
- 支えあいの街づくりを促進する観点から、子どもの頃から認知症について学べる機会をつくるため、小学生向け認知症サポーター講座などを開催し、幅広い住民を巻き込んで地域福祉を推進していきます。
- ボランティア講座等を通じて、地域の人材育成を行います。また、ボランティア団体や地域活動団体の支援をし、地域と共に人材の発掘を支援します。

◆個人や団体をつなぐ人材の育成

- ケアプラザ各職種間で連携を更に強化し、地域ニーズに対応したネットワークづくりの中心となるコーディネーターの育成に努めます。
- 各種団体同士の交流会や情報交換会を通し、地域の情報を共有することで、個人や団体をつなぐ人材を育てます。
- 関係機関と連携して、新たな担い手の発掘、拡大に向けて積極的な広報の他、ボランティア発掘・育成を目的とした講座を開催します。

町内会行事を通じた地域の交流

区内の自治会町内会では、それぞれ工夫をこらし、お祭り、盆踊り、運動会、餅つきなど年間を通じて様々な行事を実施しています。行事を通じて、近隣住民のつながりづくり、世代間の交流、地域の伝統を若い世代へ継承する機会にもなっています。また、行事に参加し、周りの方々とお話をすることが、健康の維持や高齢者の見守りにもつながっています。



お祭りの様子

保育園児から高齢者へ「あいねっとレター」でつながる地域の輪

民生委員・児童委員等によるひとり暮らし高齢者等への定期訪問活動の際に、区内の保育園児がイラストを描いたカード「あいねっとレター」を届ける取組を、26年度から全地区で実施しています。園児の心のこもったイラストが届けられ、民生委員・児童委員、保育園児、ひとり暮らし高齢者をつなぐ地域の輪が広がる新たなきっかけとなりました。



イラストを描く保育園児

地域ケア会議

支援を必要としている方が、住み慣れた地域で尊厳のあるその人らしい生活が継続できるよう、図に示しているように、地域住民の方と福祉・保健・医療の専門職や関係機関等と一緒にその方を支えていくための方法等を検討する場として「地域ケア会議」が開催されています。

Aさんという個別ケースの課題を検討し解決することを重ねていくことで、地域の課題を発見し、それを基に地域に必要な資源（例えば必要なサービスを考えたり、ボランティアさんを増やす等）を開発するなどにつなげることも可能となります。また、地域のネットワークづくりにもつながります。



民生委員・児童委員とケアマネジャーの情報交換会

矢向地域ケアプラザでは毎年「民生委員児童委員・ケアマネジャー連絡会」を行い、お互いの役割について理解を深めてきました。参加者の皆さんからの「より具体的に情報共有をしたい」というお声を受け、平成27年度からは各町別に民生委員・児童委員、地域包括支援センター、ケアマネジャーで情報交換会を開催しています。見守りが必要な方の情報を地図に落とし込み、介護保険サービスを利用している場合には担当のケアマネジャーも交えて情報共有を行うことで、支援者同士の顔の見える関係づくり、連携して見守りを行える体制づくりを進めています。



地図を囲み活発な情報交換

地域活動の担い手づくり ～地区社協の人材育成～

「地域に一番近い、身近な福祉の担い手」として、住みよい福祉のまちづくりを身近な地域で進めていく地区社会福祉協議会（以下「地区社協」）活動の活性化のために、積極的に研修会を実施しています。研修会のテーマは毎年変更していますが「他区で実践されている地区社協活動の事例発表」や「個人情報の正しい使い方」など様々なテーマで今後の地区社協活動を進めていくための研修会となっています。



研修会の様子

推進の柱②

必要な人に支援が届く仕組みづくり

〈キーワード〉

支えあい

見守り

情報

互いの理解

人と人とのつながりに基づく支えあいや助け合いを進める上で、必要な支援や情報を、必要としている人に的確に届けることが重要です。支援を必要としているにもかかわらず、地域のネットワークの網目から抜けおちている人や自分からは情報発信できない人もいます。支援を必要としている人の把握や情報提供のあり方を工夫し、誰もがどこかにつながり、支援を受けられるような仕組みづくりを進めていきます。

■目指す姿

地域全体での日頃からの見守り・支えあいの仕組みづくりが進み、支援を要する人がどこかにつながることができています。

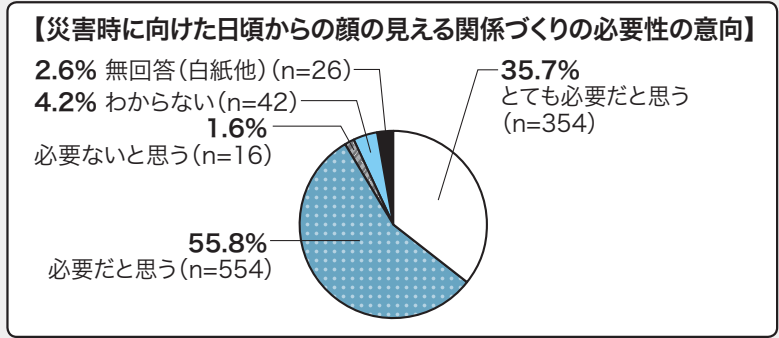
情報を発信しない把握しづらい人の存在にも目を向け、いざというときに助けることができる活動が広がっています。

■現状（各地区で寄せられた主な課題）

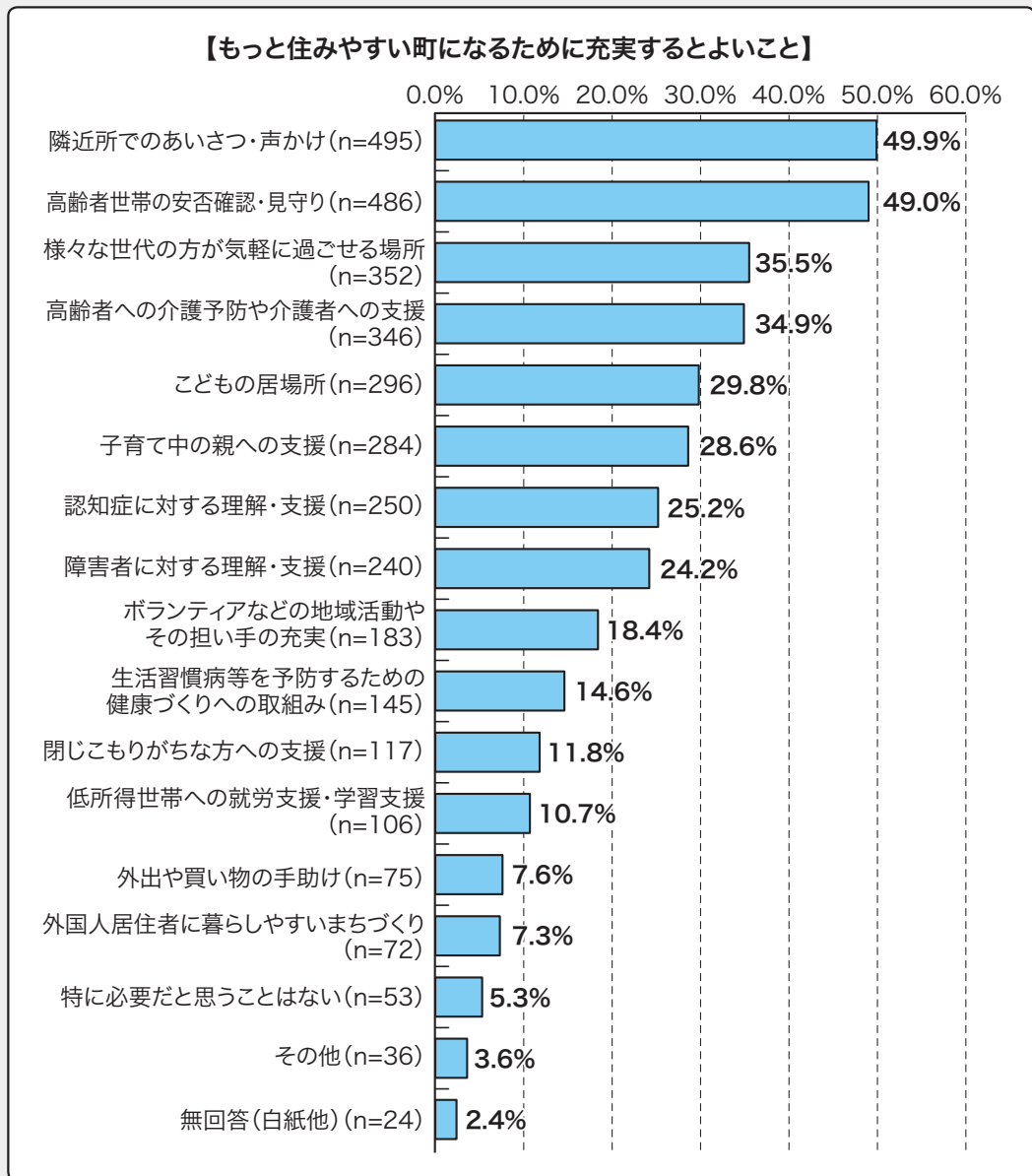
- オートロックのマンションが増え、支援や関わりが難しい。
- 凶悪な事件が近隣自治体で発生し、子を持つ親は不安を感じている。地域でのつながりがあれば防げるものもあるのでは。
- 自分から支援を求めることを発信できない人もいます。
- 個人情報保護の観点もあり、支援を必要としている人を把握することが難しい。
- 災害時に備え地域で支えあう仕組みが必要である。
- 認知症の方が安心して暮らせるよう、徘徊への地域で見守る体制が必要。そのためにも認知症への理解を更に啓発していかなければならない。
- 活動団体は様々な行事を行っているが、情報の周知が難しく、十分に行き届いていない。
- 外国につながる方の増加とともに、外国につながる方の子どもや障害者も増えていると感じる。地域の中で外国につながる方との交流や理解する機会がもっと必要である。
- 地域住民と障害のある方が自然な形で交流できる場が少ない。
- 障害にも様々な障害があるので、地域と協力してより深く理解啓発を行っていくと良い。

■区民アンケート結果

◇災害時に助け合うためには、日ごろから顔の見える関係づくりが必要と9割が回答



◇より住みよい町になるために、充実するとよいことは、
「隣近所でのあいさつ声かけ」、「高齢者世帯の安否確認・見守り」



〈推進の柱②〉
行動目標①

誰もがどこかにつながるような支えあいのネットワークをつくります

支援を必要としている人が、つながりや支援からこぼれてしまうことのないように、誰もがどこかにつながるができる支えあいのネットワークをつくります。誰もが地域に住む仲間として、お互いさまの気持ちを持ち、互いに支えあい安心して暮らせるための仕組みづくりを進めます。

具体的取組例

- 支援を必要としている人を把握し、支援につなげる取組
- どこにもつながることのできていない人への支援
- 介護者、障害者の家族などが孤立しないような取組の充実（介護者の集いなど）
- ひとり暮らし高齢者への支援（会食会や配食など）
- 孤立防止のネットワーク構築
- 認知症への理解啓発の推進
- 障害者が暮らしやすい環境づくり（コミュニケーションボードの活用など）
- 地域における子育て支援の充実
- 困難を抱える小中学生への学習支援や居場所づくり
- 高齢者や障害者などの財産を守る権利擁護や成年後見の理解促進や制度活用
※成年後見：認知症、知的障害、精神障害などの理由で判断能力の不十分な方々の権利を守り支援する制度
- 外国につながる方への支援

…………… 策定検討会や地区懇談会等でのご意見 ……………

- 高齢者が多いと感じる毎日。例えば、商店街のところどころにちょっと座れる椅子を置いたり、商店街の人たちも昔のように御用聞きのようなことをしたりすれば安否確認もできるので、そういったところに力を入れるといい。
- 障害者にやさしい町づくりが、すべての人にやさしい町づくりだと思う。
- 障害児の親が高齢化しており、支援が必要である。
- 乳幼児の頃から地域の様々な世代の方と交流できることが、乳幼児にとっても保護者にとっても必要ではないだろうか。
- 生活が苦しく塾に行けない子どもに高齢者等が勉強を教えることができると良い。
- 外国につながる生徒が多い小学校もあるが、子ども同士は国の違いは関係なく、良い関係性を保っている。むしろ、その親と地域がどのように関われば良いかが難しい。

〈推進の柱②〉
行動目標②

見守りの輪を地域全体に広げます

住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるよう、高齢者や子どもなどを、地域全体で見守り、支えあう仕組みづくりを進めます。また、災害時などいざというときに備え、日頃から顔と顔のみえる関係づくりを進め、互いに支えあう土台を平常時から築いていきます。

具体的取組例

- 地域での緩やかな人間関係の構築（お互い協力できる体制づくり）
- 見守る、見守られるという関係ではなく、住民相互が自然と気にかけることのできる意識の醸成
- 民生委員児童委員だけの見守りではなく、隣近所での見守り
- 災害時に備えた共助の取組
- 身近なところで相談できる体制づくり
- 登下校時の見守り活動
- 子育てを応援する地域での見守り
- 認知症の人の見守りの充実

..... 策定検討会や地区懇談会等でのご意見

- 「最近あのおばあちゃん見かけないな？」など隣近所の異変に一番はじめに気付くのは近隣の人である。
- 登校時の見守りをしている。学校、地域、町内会、住民がうまく連携できるといい。
- 大学と地域との交流を目的に大学から自治会に声かけがあり、5つの自治会と一緒にパトロールをしている。
- 見守りの網から漏れている人が一番心配。関わりを拒む人も多い。そういった人にどのようにアプローチするかが課題
- ひとり暮らしの方が認知症で徘徊になると、地域とのつながりがないと把握やその後のフォローが難しいのではないかと。
- 町内でゆるい人間関係を保つことで、何かあったときにはお互い協力できる体制でいたい。
- 災害時に備え、隣近所に住む人のことを日頃から知っていることが大切。黄色いリボンなど安否確認の際に役立つ具体的な取組を、実行に移していきたい。

〈推進の柱②〉
行動目標③

必要な情報をわかりやすく届けます

地域や福祉保健に関する情報を、ニーズに応じて、誰にでもわかりやすい形で発信するとともに、個人や団体が持つお互いの情報の共有を進め、必要な情報を手軽に得られ、活用することのできる地域を目指します。

具体的取組例

- 鶴見・あいねっと（鶴見区地域福祉保健計画）の周知
- インターネットやEメールの活用など情報発信方法の工夫
- 情報が届きにくい集合住宅への伝達方法の工夫
- 子どもにも分かりやすい形でのお知らせ
- 外国につながる方や障害者に配慮した情報提供
- 各種広報紙の発行
- 地域情報マップの作成
- 団体間で互いの活動情報を共有する場の設定（連絡会等を活用した情報共有など）

..... 策定検討会や地区懇談会等でのご意見

- お互いの活動を知りあって何かの時に協力しあえる関係は大事。例えば各団体の代表者が集まって情報を共有する場を設けられるといい。
- 参加して楽しいと、その良さがわかって、また情報を見るようになる。
- 地域で様々な活動が行われているが、どんな活動がいつあるのか伝わりきれていない。活動を知ってもらうPRが必要
- 会議や行事などいろいろな機会を通じ、お互いが情報発信していく必要がある。
- 掲示板や回覧板など既存のツールを引き続き活用するとともに、若い世代に向けては、ホームページやソーシャルネットワークサービスなどを利用して情報を発信していくことも有効である。

※ソーシャルネットワークサービス：インターネット上の交流を通じて社会的ネットワークを構築するサービス

〈推進の柱②〉
行動目標④

地域の中で共に暮らすということを意識します

地域にはいろいろな人が暮らしています。年齢、居住年数、家庭環境、障害の有無、言語や習慣など様々な違いがあることで、すぐに理解しあうことは簡単ではありませんが、無関心にならず、同じ地域の中で共に暮らしていることを意識し、関係性を築いていくことを目指します。

具体的取組例

- 多文化共生、障害、認知症等への理解啓発（小学校のころからの教育、子どもだけではなく保護者への理解促進など）
- 身体障害、知的障害、精神障害それぞれの特性に応じた理解の促進
- 障害者や外国につながる方と地域活動との結びつけ（障害者施設と住民が交流できるイベント、外国につながる方とともに行う防災訓練など）
- 誰もが参加しやすいような工夫をした地域行事
- 自然や歴史を通じて地域を知ることによる、地域への理解の促進

策定検討会や地区懇談会等でのご意見

- 外国につながる方の児童数が多いにもかかわらず、支援の手が足りていない。外国につながる方と一緒に暮らしていこうという町にもっとしていきたい。
- 認知症サポーター養成講座は若い世代にも有効なので、保護者や学校などに推奨してもらう必要がある。
- お互いが一歩進んで、理解することが大切である。
- 障害者施設について町会としても理解を深めたいと思っているが、どう関わればいいのか迷う時がある。一緒に取り組む機会が増えると、障害への理解も進むと思う。

推進の柱② 「必要な人に支援が届く仕組みづくり」への主な取組

区役所の取組

◆障害者支援の推進

障害児・者及びその家族が、地域の中でいきいきと生活できる環境づくりを進めます。
(自立支援協議会、障害福祉施設等による自主製品販売支援・業務依頼、心の病気理解に向けた研修など)

◆子育て支援の推進

妊娠中から継続した関わりを通じ、育児力を向上させ、地域で安心して子育てができる環境づくりを進めます。(両親教室、育児教室、こんにちは赤ちゃん訪問事業、マイ保育園、虐待予防講座など)

◆放課後児童育成の推進

子どもたちが豊かな放課後を過ごせるよう環境づくりを進めます。(はまっ子ふれあいスクールから放課後キッズクラブへの転換など)

◆生活困窮者支援の推進

生活困窮や養育困難等の課題を抱えた世帯の子どもへの学習支援を行います(つるみ元気塾、つるみ未来塾)。また、生活困窮者自立支援事業により、生活困窮者の自立の促進を図ります。

◆認知症の理解啓発及び見守り体制の構築

認知症の理解が促進されるよう啓発活動を進めます。また、認知症の人や家族を見守り、支援できる区民を増やし、支えあいのネットワークを強化します。(啓発講演会、徘徊者へのSOSネットワークシステムの充実など)

◆災害時要援護者への支援

要援護者に対する地域での見守り活動を促進させるため、拒否者以外の情報を自治会等に提供する「情報共有方式」のモデル実施結果を検証しながら、区内他地区への拡大を進めます。

◆ひとり暮らし高齢者への見守り活動の充実

75才以上のひとり暮らし高齢者の名簿を地域に提供することを通じて、地域での見守り・支えあいの取組の充実をはかります。(ひとり暮らし高齢者「地域で見守り」推進事業、あいねっとレターの配付など)

◆企業と連携した緩やかな見守り体制の構築

水道やガスなどライフライン事業者等が、日常業務の中で異変を発見した場合に関係機関に通報する、企業と連携した孤立化・孤立死防止のための緩やかな見守りを行います。

◆区民にわかりやすい情報の公表・発信

工夫を凝らし多様な手段を通じて、わかりやすく各種情報の提供を行います。(介護サービス利用手続きのリーフレット、子育て応援ガイドブック、障害特性に応じた情報発信、多言語版での発行物の作成など)

◆鶴見・あいねっこの周知

様々な機会を捉えて多くの区民に地域福祉保健の取組を周知します。(地域ケアプラザ祭り等各種行事でのPR)

◆障害への理解促進

障害者と出会う場づくりを行い、区民の障害に対する理解を深めます。(障害者週間行事など)

◆多文化共生の理解促進

地域で多文化共生を理解し推進するための啓発を行います。(区民向け啓発イベント、鶴見国際交流ラウンジでの外国人区民と日本人区民の交流など)

区社会福祉協議会の取組

◆見守り活動の充実

自治会町内会や班単位などでの小規模な見守り活動のあり方について、地域の方々と一緒に考え、その必要性を共有し見守りの仕組みを作ることで、より安心な町づくりにつながります。

◆相談体制の強化

区役所・地域包括支援センターとともに、地区担当制を活かしつつ、いつでも気軽に相談できる機能を区社協も担い、関係機関との橋渡し役を担っていきます。

また、ボランティア相談、権利擁護相談(あんしんセンター)、送迎サービスなど、各種相談事業について、区社協内の連携をより一層強めます。

◆「共に生活する」ことへの意識づくり

障害のある方や外国につながる方に対する理解を深めるために、障害児余暇支援事業(つるみサマーフレンド)や運動会などのイベントへのボランティア募集の他、理解を進めるための啓発講座や、福祉教育の推進などを企画し、広く区民に発信します。

地域ケアプラザの取組**◆日頃からの関係づくりによる、いざという時に備える支えあい**

- 地域活動へ職員が積極的に出向き、顔の見える関係づくりを行っていく中で、気になる方がいたらケアプラザに情報提供していただき、具体的な支援につなげられるようにします。
- 自治会町内会、民生委員・児童委員協議会、各種団体等との情報共有を図り、きめ細かなネットワークを構築します。
- 元気なうちからケアプラザとつながりを持ち、必要時には速やかに支援できる仕組みを整備、維持していきます

◆より身近な地域でのネットワークの充実

- 民生委員・児童委員など地域の見守り活動を行なっている方達と連携を深めて、地域のニーズ把握や新たな仕組みを検討実施していきます。
- 地域ケア会議を活用し、医療と介護だけでなく、地域住民との連携を深めていきます。
- シニア世代の活力の活用や、老人会、各町会などと共に地域の中でのサロン実施を進め、より身近な地域でネットワークの輪を広げていきます。
- 登下校時のあいさつ運動により、安心して登下校でき、困った時には相談できる顔の見える関係づくりを推進します。

◆関係機関と連携したわかりやすい形での情報発信

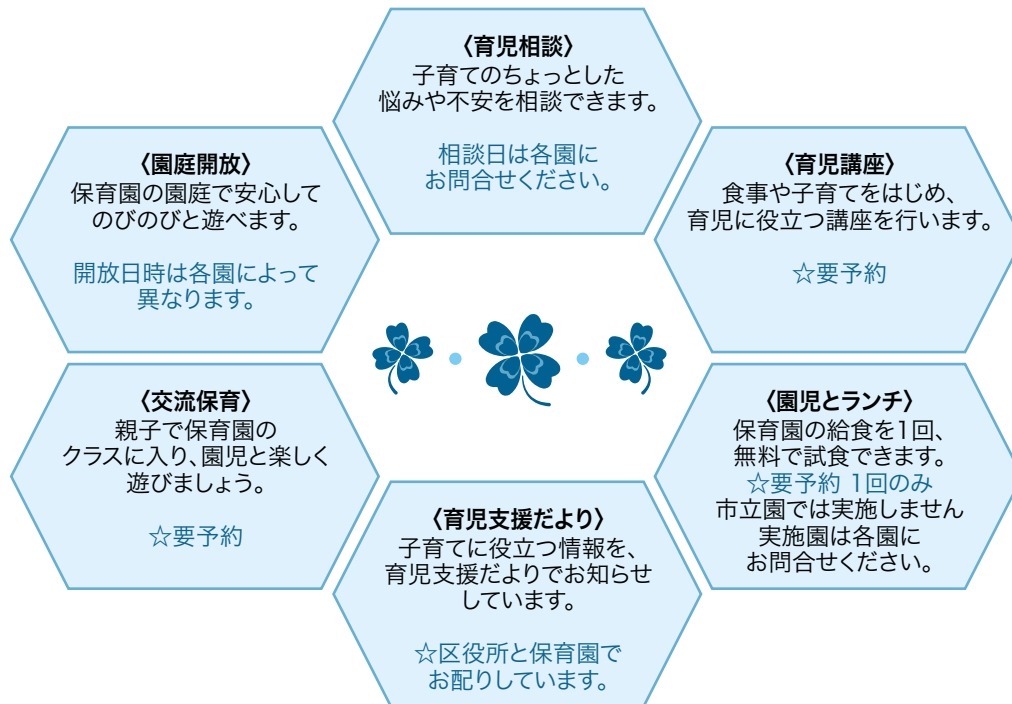
- 工夫した見やすい広報紙の発行やホームページや出前講座等を通じて、必要な情報を発信します。
- ケアプラザの協力医とも連携し、健康に関する医療情報なども発信していきます。
- 関係機関との連携を活用して情報発信を行っていきます。

◆互いが自然と気にかけることのできる意識の醸成

- 見守る、見守られるという関係ではなく、住民相互が自然に気にかけることのできる意識の醸成、拡大を進めていきます。
- 高齢者、障害者が主役となるような事業を企画し、幅広い世代への理解を促します。
- 住民主体によるあいねっと組織を通して、顔の見える関係づくりをする仕組みを作ります。
- 地域防災の活動の支援を行います。
- ケアプラザも地域の一員として、積極的に地域行事などに協力し、ともに地域を盛り上げていきます。

つるみ DE 子育て応援事業 ～『マイ保育園』～

横浜市では、在宅で子育てしている保護者を対象に、地域支援事業を行っています（一部の園で実施）。鶴見区では、保育園を実家やかかりつけ園のように思っただき、子育てについての相談が気軽にできるように「マイ保育園」として登録していただいています。「園庭開放」「育児相談」「育児講座」「交流保育」「給食体験」等を行っています。平成27年は25園が実施園として参加しています。保育園が行う地域での育児支援が広がってきています。



鶴見区障害児・者暮らしいきいき事業

～障害児・者とその家族が、地域のなかでいきいきと生活できる環境づくり～

鶴見区では、障害児・者の方が地域で生活していくことを支援する関係機関が連携し、地域の課題や生活支援情報等を共有し、障害児・者支援が向上することを目的とした地域自立支援協議会を設置して、活動を続けています。

協議会は47団体から構成され、全体の活動状況や制度変更についての報告を受ける代表者会議を年1回、講演会や事例検討を行う担当者会議を年4回程度開催しています。

25年度から3つの部会（「人権擁護部会」「生活支援部会」「相談部会」）を設け、具体的な問題について検討しています。



自立支援協議会 会議の様子

鶴見区家族会 のぞみ

こころの病を持つ障害者の家族の方々が手を結びあい、支えあって活動を行っています。散策やバスハイクを含め、年間、沢山の例会があり、同じ立場の家族が話し合い、交流しています。

また、医師をお呼びしての講演会では、病気について理解を深め、当事者との対応の仕方も学んでいます。

27年度から鶴見区在住のご家族を対象に家族会役員が相談を受け始めました(第2水曜日：午後2時から午後4時まで)。35名の会員(27年8月現在)がいらっしやいます。



バスハイクの様子

介護者の集い ～介護者への心のケアが必要～

区内では、家庭で高齢の家族を介護している人の負担を少しでも軽減しようと、介護者の集いが定期的に開催されています。会員同士お互いに介護の苦労や悩みを打ち明け合い、それぞれの介護体験の情報共有の場になっています。近年は認知症による徘徊などに悩む介護者が多く、「介護者には心のケアが必要。溜まっているものを吐き出してもらうことで少しでも楽になってもらえれば」と会の代表はお話されています。



鶴見区介護者の会「おりづる会」
和やかに介護体験の話をしる参加者

地域で「あんしん」して生活を営めるように ～鶴見区社協 権利擁護事業～

鶴見区社会福祉協議会の中に「あんしんセンター」があります。

お体が不自由で銀行までいけない高齢の方、自立した生活を営むうえで金銭管理の面でサポートが必要な障害の方などが利用されています。また、成年後見制度の内容や手続き方法について知りたい方への制度説明なども行っております。

定期的な訪問サービスを利用される場合は、契約が必要となりますが、相談に関しては無料です。「日常的な金銭の管理に不安がある」「自分の亡くなったあと障害のある子どもの将来が不安」「母親が不必要だと思われる商品を次々と購入しているので心配」など、気になることがある場合は、お気軽にご相談ください。

ひとり暮らし高齢者を地域で見守り ～民生委員・児童委員～

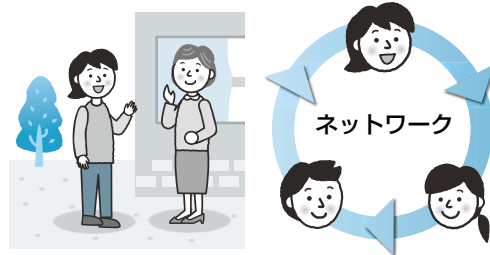
民生委員・児童委員はひとり暮らし高齢者等が地域で安心して暮らせるよう、定期的な訪問・見守り活動を行っています。地域の身近な相談役として、困りごとを一緒に考え、必要な機関へつなげる橋渡し役も果たしています。しかし高齢者が増加する中、民生委員・児童委員だけでは見守ることは困難です。地域全体で支援を必要とする人を見守る姿勢が大切になっています。



ひとり暮らし高齢者への訪問活動

ひとり暮らし高齢者「地域で見守り」推進事業 ～75歳以上ひとり暮らし高齢者の情報提供～

ひとり暮らし高齢者が地域で孤立することなく、安心して生活ができるよう、75歳以上ひとり暮らし高齢者の名簿を、区役所から民生委員・児童委員と地域包括支援センターに提供し、3者で共有して必要な支援につなげています。名簿の提供後、希望する方に対して、民生委員が定期的に訪問を行います。これまで把握することが困難であった支援を必要とする人を把握し、支援やつながりからこぼれてしまうことがないように、地域での見守りが充実してきています。



災害時要援護者支援事業 ～日頃から顔の見える関係づくり～

災害時に自力避難が困難な災害時要援護者（高齢者や障害者など）の安否確認や避難支援などを迅速に行うには、日頃からの地域との関係づくりが重要です。鶴見区では、登録に同意した方を要援護者名簿に登載し地域に提供してきましたが、登載率は約40%に留まっていた。そこで、市場地区連合では27年度から拒否の意思表示がなければ名簿に登載する「情報共有方式」を新たに導入しました。登載率は約84%まで向上し、見守る側も従来の民生委員・児童委員に加えて、所定の研修を受講した「訪問員」を設けたことで、見守り体制も強化されています。

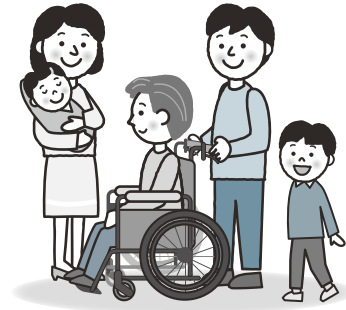


見守りを受ける高齢者と訪問員

身近な地域のつながり・支えあい活動推進事業

社会的に孤立し、制度のはざままで必要な支援に結びついていない方の課題を、同じ地域で暮らす住民の気づきを生かして早期に発見し、専門職による必要な支援につなげたり、地域住民とともに、その人らしい居場所と役割を見出して暮らしていけるようにすることを目的とした区社協の取組みです。

今まで区社協は連合自治会町内会エリアを主な対象として支援をしてきましたが、自治会町内会などのより生活に身近な単位にも、住民間での発見・検討・解決の仕組み作りに向けて、支援しています。



広報紙で地域の情報を発信

「地域のことはそこで暮らしている住民が一番知っている。」区内では、取材から印刷まで手作りで作成された地域独自の広報紙が発行され、地域の様々な情報が発信されています。広報紙は、町内会の掲示板に貼り出されたり、近隣の学校に配布されたり、地域行事など地域の一番身近な情報が届けられています。



寺尾エリアの地域新聞「ひびきあい」

手作りの寸劇でわかりやすく認知症理解へ

認知症をより多くの方に、正しくわかりやすく知ってもらうため、寸劇や人形劇という表現で理解啓発が行われています。笑いも交えながら劇を行うことで、まだ認知症に馴染みにない方にも、自然と認知症を学ぶことができるため好評で、区内のいろいろな場で披露されています。



「つるみ座」の認知症寸劇

運動会で障害児者とふれあい ～障害児者団体連合会～

障害児者と区民が交流する機会として「ふれあい運動会」が開催されています。区障害児者団体連合会などの福祉関係団体や地元企業の協力により実施され、運動会を通して「ともに生きること」の大切を学ぶことを目的としています。また、障害児者団体連合会の部会「鶴っこ」は、障害児者が手作りした雑貨やお菓子などの販売を、定期的に区内の公共施設等で行っています。



ふれあい運動会の様子

外国につながる方々に「鶴見に住んでよかったな」と思ってもらいたい!

鶴見区には、大勢の外国につながる方々が住んでいます。その方たちに「鶴見に住んでよかったな」と思ってもらいたいと願うNPO法人があります。「日本語教室」をはじめ、「国際理解講座」や、「国際交流」のための茶道体験・着物体験など様々なイベントを企画・実施し、多文化共生のまちづくりを目指しています。外国につながる方々への支えあいの輪が広がっています。



こんにちは・国際交流の会 交流のパーティーの様子

推進の柱③

健やかに暮らせる地域づくり

〈キーワード〉 健康 場・機会

健康づくりには、一人ひとりが自らの生活習慣の改善に取り組むことも大切ですが、それに加えて、人と人とのつながりをつくることも重要であると言われています。一人ひとりが健康への意識を高め自分にあった方法で健康づくりを進めるとともに、地域での継続的な健康づくり活動が広がることを目指します。また、個人のもつ特技や能力を発揮する機会や場が増え、誰もがいきいきと心身共に健やかに暮らせる地域づくりを進めます。

■目指す姿

個人の健康への意識が高まるとともに、地域での主体的な健康づくり活動が行われ、住民相互のつながりが更に深まっています。

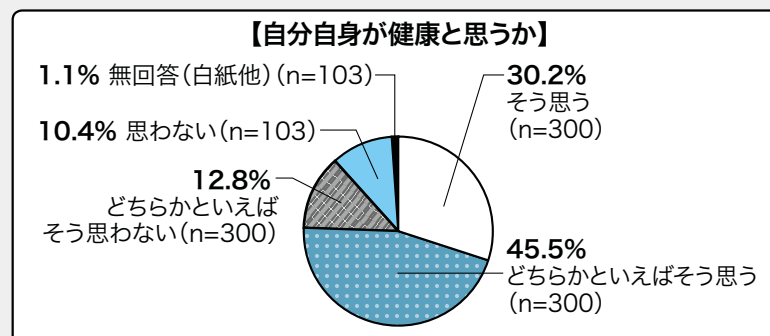
誰もがいきいきと充実した、心身共に健康な生活を送るための取組が進んでいます

■現状 (各地区で寄せられた主な課題)

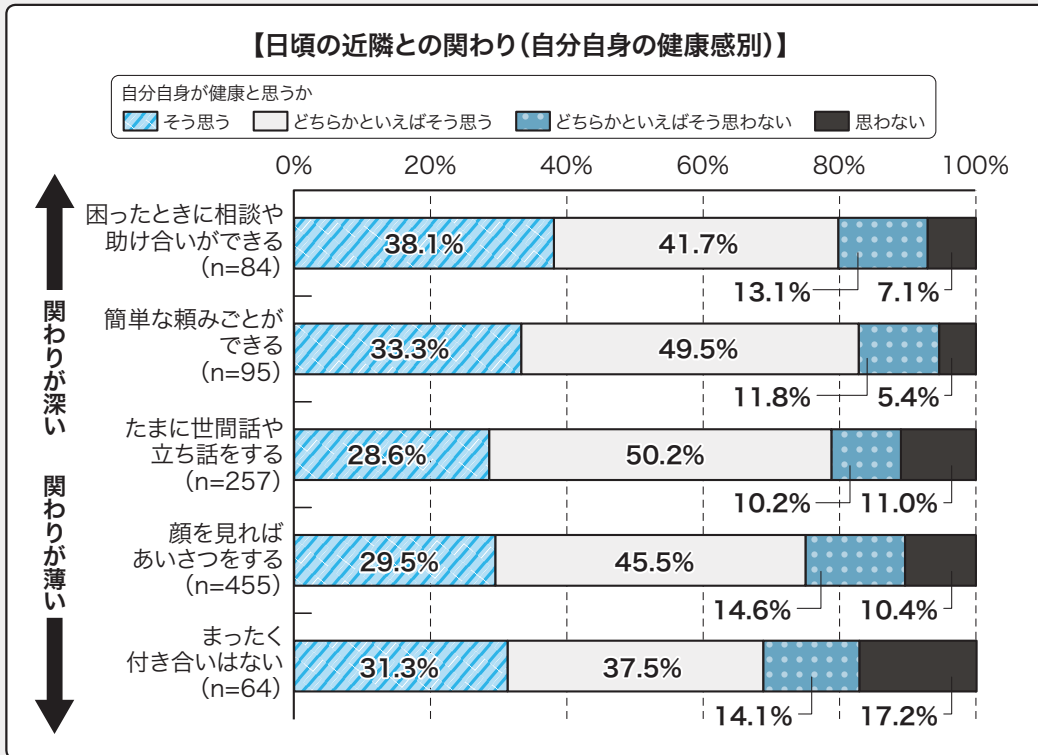
- 健康づくりをしたいとは思っているが、始めるきっかけがない。
- 地域で介護予防の活動に参加できる機会がもっとあるといい。
- 坂道が多く、高齢者が気軽に外出したり行事に参加したりすることが難しい。
- 子どもたちが遊べる場所が減っている。
- 高齢者が集まるサロンを始めたが、若い世代にも来てもらいたい。
- 商店街の店が減る中、地域で気軽に人が集える場が減ってきている。
- 自分の特技や能力を地域に役立てたいと考えているが、発揮するきっかけがない。

■区民アンケート結果

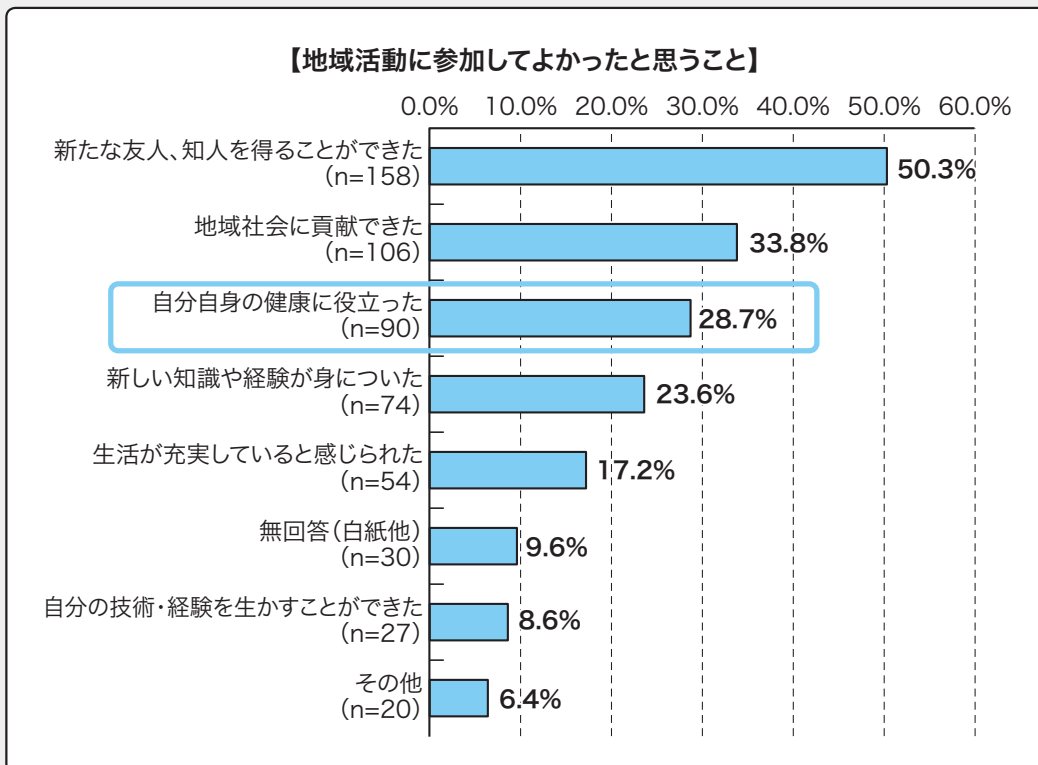
◇自分自身の健康について、概ね4人に1人が不安を感じている



◇近隣との関わりが薄い人ほど健康に不安がある傾向



◇地域活動参加者の約3割が、自分自身の健康に役立ったと回答



〈推進の柱③〉
行動目標①

地域での健康づくり活動に取り組みます

区内の健康関係の統計数値が悪いという現状を踏まえ、一人ひとりが健康への意識を高め自分にあった方法で健康づくりを始めたり、地域での健康づくり活動が活発になったりするように、健康づくりを始めるきっかけづくりや健康づくり活動を楽しみながら続けるための仕組みづくりを行います。

具体的取組例

- 自分の健康状態を知る機会づくり（健康チェック、健診の受診勧奨など）
- 健康に意識を持つ人を増やす取組（幅広い年齢層への生活習慣見直しの啓発、保健活動推進員やヘルスマイトなどと連携した健康づくりの啓発など）
- 各種団体の活動や地域行事そのものが健康につながる取組
- 気軽に健康づくりを始められるようなきっかけづくり（楽しみながら取り組める介護予防の取組など）
- 住民の健康づくりにつながる活動（ウォーキング、健康体操、ポッチャ、グラウンド・ゴルフ、ノルディックウォーキングなど）
- 健康をテーマとした取組の充実（食育講座、歯みがき教室、禁煙相談など）
- 1度きりでなく継続的な活動につながる支援
- 健康づくり活動のリーダーの育成
- 医療機関、福祉関係施設など関係機関のネットワークの強化
- 介護予防の推進（ロコモティブシンドローム予防の啓発、予防活動するグループへの支援など）
※ロコモティブシンドローム：骨や関節、筋肉などの運動器の障害が移動能力を低下させてしまい要介護になる危険の高い状態
- 認知症予防の推進（予防活動への支援、早期対応への体制強化など）

..... 策定検討会や地区懇談会等でのご意見

- 健康をテーマにすると、参加する層が広がることもある。参加したウォーキングでつながり、声掛けが増えるかもしれない。
- サロンやノルディックウォーキングなど、健康に関する活動が活発になってきているが、さらなる広がりにはリーダーとなる方が必要
- 「3食しっかりとる」など正しい食生活を広める。
- 地域の中で楽しく健康づくりに参加できるような企画を考えていけるといい。
- まずは外に出ることが大事。外にでると人に会うことになる。
- 外出の機会を増やし、高齢者が健康を維持するための取組が必要

〈推進の柱③〉
行動目標②

意欲と能力を発揮でき、いきいきと暮らせる場や機会をつくります

地域の中に、個人の意欲や能力を発揮し活動・活躍できる「場」と「機会」を増やし、誰もがいきいきと心身ともに健やかで、生きがいのある活動的な生活が送れる地域を目指します。

具体的取組例

- 個人の能力や特技を発揮できる出番づくり（趣味や仕事で得たスキルを活かした活動など）
- 高齢者の知識や経験を若い世代に伝承する取組（昔遊び、伝統芸能など）
- 既存の活動の頑張りへの評価
- 既存の活動が広がるための他の活動や団体・個人へのつなぎ
- 仕事をしている人でも参加できる機会の工夫（行事の開催時間の工夫など）
- 活動をしている人同士の情報共有の機会
- 世代を問わず気軽に集える場づくり（交流サロンの開設など）
- 子どもと高齢者が交流する居場所づくり
- 子どもが集える場づくり
- 場がうまく活用されるための工夫

…………… **策定検討会や地区懇談会等でのご意見** ……………

- 活動している人を見かけたら、「ありがとう」と声をかけることが大切
- 他の人が見ていてくれていると感じると頑張れる。今ある活動をしっかりと評価し、つなげていければ大きな起点となる。
- 高齢者による登下校時の見守りや子育て支援のボランティアは、高齢者にとっては生きがい・居場所にもなっている。
- 「あなたが来てくれると助かる」と言われるような、その人の持つ特技を生かせる場があることが大切
- おしゃべりの場を望む人は高齢者だけでなく多い。色々な年代の人が気軽に集える場があるといい。
- 夫婦二人共働きなので、近所の方と接する機会が少ない。知り合う機会は、飲食店や習い事がきっかけ。若い世代の交流の場所があればいい。

推進の柱③

「健やかに暮らせる地域づくり」への主な取組

区役所の取組

◆健康づくりの推進

区民の健康寿命を延ばすため、企業や関係機関と連携した事業等を行い、区民の健康への意識を高め健康づくりのための行動を起こせるよう支援を行います。

食育や運動などによる生活習慣の改善、特定健診やがん検診の普及など生活習慣病の重症化予防への取組を推進します。(健康チェック事業、食育事業、歯と口の健康啓発、ウォーキング普及啓発、よこはまウォーキングポイント事業、健康づくり推進会議など)

◆介護予防の推進

高齢者が元気で活動的な生活を続けることができるよう、地域の特性を生かしながら、介護予防に取り組める事業を展開します。また、ひざ痛予防体操として、鶴見区が独自に開発した「ひざひざワックン体操」を、地域でのリーダー育成を行い地域での定着を推進します。(介護予防週間、介護予防事業、介護者の集い、介護セミナーなど)

◆地域社会で活躍・貢献できる機会づくり

区民が地域活動等で新たな担い手として活躍する場を拡大していくため、情報提供の強化など、いきいきと暮らせる環境づくりを進めます。(よこはまシニアボランティアポイント事業、つるみ・地域元気づくり事業団体交流会など)

◆施設の整備及び機能強化

施設の整備による場の拡充を進めるとともに、施設のもつ機能をより高め、活動の場や情報提供、活動参加のきっかけづくり等の役割を果たしていきます。(特別養護老人ホームや保育所等の整備、地域包括ケアシステム構築に向けた地域包括支援センターの機能強化、地区センターや地域ケアプラザなどの公的施設の身近で集える場所としてのさらなる活用など)

◆支えあいの場づくり

高齢者が身近な場で介護予防に取り組み、住民主体で行う「元気づくりステーション」を拡充します。運営支援と立ち上げ支援を進めます。

安心して子育てができる環境づくりとして、家庭や地域の育児力を向上する多様な場を提供します。(親子の居場所「ふらっとるーむ」、地域子育て支援拠点、放課後キッズクラブなど)

生活困窮や養育困難等の課題を抱えた世帯の子どもへの学習の場を提供します。(つるみ元気塾、つるみ未来塾)

区社会福祉協議会の取組

◆地区社協の幅広い活動支援体制の確立

ウォーキングや体操教室のみならず、居場所づくり、生きがいつくり活動など、「健康づくり」について幅広くとらえられるよう、具体的な事例を挙げていきます。

それにより、企画の幅が広がることで健康づくり活動や地域住民が集える場作りが充実するよう、地区社協活動の支援を行います。

◆ボランティアセンター機能の強化

初めての方でも不安なく活動に取り組めるよう丁寧なコーディネートを行います。

また、自身の趣味や特技を生かせるボランティア活動についても紹介できるように工夫します。

◆区社協だから出来る情報発信方法の確立

地区社協や地域ケアプラザなど、各地域で行われている健康活動を区社協で取りまとめ、ホームページや広報紙（福祉つるみ、つるボラ情報）などの媒体を活用して発信できるよう工夫します。

地域ケアプラザの取組

◆健康づくりの機会を増やす企画の実施

- ポッチャのような子どもから高齢者、障害のある方まで、幅広い方が運動できる機会をつくれるよう事業を企画します。
- 地域で行っているサロンや食事会の他、体力測定や体操教室、ウォーキングなどを通じて、病気や健康についての講義や演習などを行い、介護予防に活かしていきます。
- 市が行っている、ウォーキングポイント事業のカードリーダーを置き、啓発と共に協力します。
- 健康増進を意識した高齢者向け、現役世代向けなど、様々な世代に向けて、運動レベルに即したものを企画していきます。また、幅広い年齢層へ生活習慣病の予防等、健康づくりに関する情報を発信します。
- 夜の空き部屋を利用したもの、土日や祭日に企画する、などといった工夫を取り入れ、より多くの人に参加しやすいような環境についても考えていきます。

◆住民それぞれの個性を活かせる場や機会のコーディネート

- 地域の方が通いやすく自分の個性を活かせるよう、サロンやサークルなどの集まれる場を増やしていきます。
- 地域の情報や地域活動を把握し、個人個人が活動できる場や機会をコーディネートしていきます。
- 地域の歴史に関する資料や冊子を利用したイベントを企画し、高齢者の経験や知識を若い世代に受け継ぐ取り組みを行います。

地域で健康づくり活動を展開 ～保健活動推進員～

保健活動推進員は、赤ちゃんからお年寄りまで区内に住んでいる方が元気に暮らせるよう、各地域で様々な健康づくり活動を展開しています。三ツ池公園等でのウォーキング、血圧や体脂肪などの健康チェック、健康体操や健康講座など、各地区で工夫をして仲間とともに楽しみながら地域の皆さんの健康づくりに向けた活動が続けられています。



歩け歩け大会の様子

高齢者がいきいきと活動 ～老人クラブ～

老人クラブは、様々な行事を行うことでつながりを作り、高齢者が地域に住む仲間と共に健康で生きがいを持って暮らすための取組を進めています。最近では、グラウンド・ゴルフやポッチャなどの行事に多数の参加者があり、心身ともにいきいきと活動が行われています。また、高齢者が引きこもらないように交流の機会を作ろうと、高齢者が集う居場所としてサロンを立ち上げた地区もあります。



グラウンド・ゴルフ大会の様子

ひざひざワックン体操 ～鶴見区のひざ痛予防事業～

鶴見区では、ひざの痛みの影響で、介護保険認定を受ける高齢者が多いことに着目して、ひざの痛みの予防に取り組み、平成21年度モデル事業で効果があった「ひざひざワックン体操」を各地域に広げています。ひざの痛みを軽減するためには股の前後の筋肉をやわらかくし、筋力をつけることが大切です。無理せず、ゆったり続けていくことが重要です。また、一緒に続ける仲間を見つけ楽しく活動をしているグループが区内には約30か所あります。



ひざひざワックン体操の様子

鶴見区健康づくり推進会議 ～さまざまな団体が連携して、区民の健康づくりを推進～

生活習慣の改善は、行政の取組みや事業だけでは進みません。鶴見区では「健やかに暮らせる地域づくり」を目指し、平成24年度に「健康づくり推進会議」を設置し、地域・民間企業・関係団体・行政の協働による健康づくりを推進しています。

これまでも各団体・個人が、それぞれの立場や役割をもって健康づくりに取り組んでいますが、鶴見区の健康課題や目的を共有し、1つの「健康づくりのネットワーク」を形成したことで、繋がり、広がり生まれ活動が活性化しています。



さまざまなメンバーによる議論

ポッチャを通じて健康づくり

鶴見区ではポッチャというスポーツが盛んに行われているのをご存知ですか。ポッチャの特色は、性別や年齢、障害の有無を問わず、誰もが気軽に参加できることです。初めての方でも参加しやすく、笑顔で楽しんでいます。また、頭脳も使う部分も大きく、戦略を立ててゲームを行うこともできる非常に奥深い競技でもあります。

2年前より、寺尾地域ケアプラザでも「てらっちポッチャーズ」というグループを立ち上げて、毎月第2・4火曜日の14時から活動しています。活動内容は、ひざひざワックン体操など準備体操をしてから、ポッチャの試合を行います。練習以外でも、地域の大会に積極的に参加しています。



ポッチャのゲーム

地域みんなで子育てしよう ～親子の居場所～

子育てをしていると、楽しいこともあります。不安になったり誰かと話したくなったりするときもあると思います。区内には、子育て中の親子が、地域の人たちと一緒にしゃべりや仲間づくりができる場があります。「地域みんなで子育てしよう」という思いで、地域の様々な方が主体となって、親子で楽しめる場となっています。



つるみ・ふらっとるーむ

横浜市寄り添い型学習等支援事業 ～『つるみ元気塾』と『つるみ未来塾』～

横浜市では、支援を必要とする家庭に育つ小・中学生等に対して学習支援等を行い、将来の進路選択の幅を広げ、自立した生活を送れるようにすることを目的に「横浜市寄り添い型学習等支援事業」を実施しています。

鶴見区には、生活支援型の『つるみ元気塾』と学習支援型の『つるみ未来塾』の2か所があります。

『つるみ元気塾』は、夢を持ち自立した生活を送れるように家庭的な場所で、習慣を整え、学校生活を円滑に送るための生活支援を行っています。NPO 法人「あしほ」が運営しています。

『つるみ未来塾』は、高校進学をめざす中学2・3年生のための個別学習の場です。生活保護世帯等への支援の一環として鶴見区役所が企画し、運営をNPO 法人「育て上げネット」が行っています。大学生の学習支援アシスタントが高校受験のための学習だけではなく、学校の宿題や復習等基礎から個別に丁寧に学習支援を行っています。



つるみ元気塾