

# つづき あい 通信

「つづき あい通信」は、第2期都筑区地域福祉保健計画「つづき あい」を推進する地域の取組や、関連情報を紹介する計画情報紙です。

健康づくりは仲間と一緒に!

第8号



コミュニケーションができる場を!



隣近所で見守りを!



みんなで遊べて楽しいな!

## 第2期都筑区地域福祉保健計画 「つづき あい」(地区別計画) ～地域の取組特集 3～

「地区別計画」とは、第2期地域福祉保健計画「つづき あい」※を構成する、連合自治会町内会エリアごとの行動計画です。地区別計画には、地域に特化した福祉保健課題やその課題解決に向けた目標が記載されており、「人と人とのつながりが実感でき、お互いにささえあえる地域づくり」を目指して、地域の皆さんや関係機関が一緒に取り組んでいます。毎年各地区で地域懇談会が開催され、地区別計画の推進に向けて地域の皆さんで話し合いが持たれています。

※裏表紙に詳細を説明しています



今回は

- ・東山田地区
  - ・渋沢地区
  - ・茅ヶ崎南MGCR地区
  - ・ふれあいの丘地区
- の取組をご紹介します!



# 隣近所で助け合う東山田の支え合い

～いざ!というときに機能する関係づくりを～

「地域の人と要援護者と顔の見える関係づくりの推進」  
「自助・近助を考えた、日ごろから支援を届ける仕組みづくりの構築」



『災害時用家族票』

要援護者  
に活用!

## 東山田地区の「つづき そなえ」活動とは..

定期的に会合を開催し、要援護者支援についての話し合いを行っています。その結果、災害時はより身近なグループで助け合うこと(=「近助」)が大事だと考え、日ごろから顔を合わせる組単位での取組を進めています。

要援護者支援に活用するため、実施したアンケートから名簿ファイルを作成し、組長が保管できるように話し合いを続けています。また各自治会町内会では、要援護者に配慮したいとき避難場所の整備などを計画中です。

## 「つづき そなえ活動発表会」で東山田地区が発表しました!

そなえ発表会(平成25年10月1日開催)で  
発表した東山田地区の特徴

- 平成25年度から年1回アンケート調査を実施
  - ・「災害時用家族票」と名付け、必要最小限の項目を記載(住所、氏名、性別、要援護の状況、共助に役立つ資格など)
  - ・平成26年度から毎年自治会町内会費の集金時に配布・回収予定
- 新聞販売店と協力し、約20名のバイク隊を結成
  - ・日ごろはエリアごとに見回り活動
  - ・災害時は分担して情報収集・伝達活動
- 無線機を15台購入
  - ・防災無線ネットワークの構築
  - ・各自治会町内会長や消防団、バイク隊、小学校などが連携



つづきそなえ活動発表会



マスコットキャラクター「つづきそなえ」

## より良い関係を作っていくために

今後は、要援護者宅や身近な危険箇所、各自治会町内会のいっとき避難場所等を網羅したマップの作成を検討しています。地域の見守り活動への有効活用もできればと考えています。自助としても、3日分の備蓄をする、災害時に火を使わないことを徹底するなど、災害時に備える意識を持つことを広めています。

日常的な自助・共助の取組を充実させることによって、非常時に機能するより良い仕組みづくりを進めていきます。

# オール渋沢で進めるつながりづくりの輪

## ～渋沢地区の取組「子育てサロン」～



みんなが  
集まれる場所が  
いっぱい  
あったらいいな～

## 取組のきっかけ ～子育てサロンのスタート～

渋沢地区では、未就学児が対象の子育てサロン「はぐはぐ」が4月からスタートしています。毎月第4月曜日の午前10時～午後1時に、つづきの丘小学校コミュニティハウスで実施しており、毎回20～30組もの参加があります。

これまで渋沢地区には、赤ちゃん会（1歳までの子どもが対象）などがありましたが、すべて水曜日に行われており、他の曜日でも居場所がほしいとの声があったため、自治会や民生委員・児童委員など多くの団体が参加した「渋沢地区元気づくり協議会」\*で話し合いを進め、様々なつながりづくりの取組の一環として開始しました。



友達がたくさん  
出来てうれしいな～

## ただ居場所があればいい ～みんなの意見をいかして～

『集まれる場所があって助かっている』『同世代のお母さんと知り合えてうれしい』との声から参加者から聞かれました。

また、アンケートを取った結果からは、「ただ集まれる居場所がほしい」と感じていることが分かりましたが、それだけでなく、「おはなしのこみち」（読み聞かせ会）とのタイアップや講演会など活動の幅を広げています。

この活動を通じて、オール渋沢で地域のつながり・連帯感を高めていきたいと考えています。

そのため、今後も渋沢地区の心のよりどころとして存在できるよう、いつでもそこにあるものとして、活動を続けていきます。

私たちが  
お待ちしております。



スタッフの皆さん



\*渋沢地区元気づくり協議会 … 渋沢地区における地域課題の解決及び連帯感を高めることを目的に組織された会。子育てサロンのほかに、グラウンドゴルフやラジオ体操などを行っている、元気な地域づくり推進事業の活動母体。

# これからも活力と元気のある地域を目指して

～茅ヶ崎南MGCRの取組～

## 地域で健康づくり



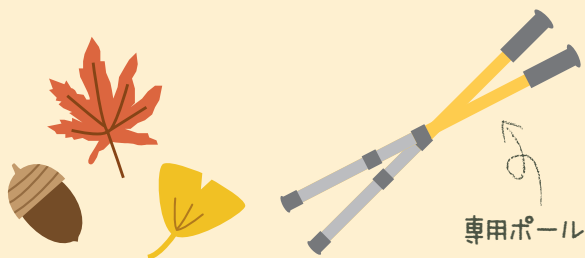
健康づくりは自分ひとりでやるものと思いませんか？

ひとりで継続して実行するのはなかなか難しいものです。茅ヶ崎南MGCR地区では、ひとりで頑張らないで、地域で楽しく健康づくりにつながる取組について地域懇談会で話し合いました。「共通の趣味を持っている人たちが集まる活動（サークル）に参加することで、コミュニティが活性化し、今以上に地域が元気になる。ひいては健康づくりにつながる。茅ヶ崎南MGCR地区にサークルを増やそう!」という主旨の意見が多く出ました。茅ヶ崎南MGCR地区には様々なグループ活動がありますが、今回、地域懇談会で話題にのぼった2つの取組をご紹介します。

### ■ ポールウォーキングで健康づくり

ポールウォーキングは、両手に2本の専用ポールを持つだけで始められる運動です。

6月と9月に地域の集会所で体験講習会が開催され、運動意義と基本技術を学び、その後、近くの公園を歩きました。ポールウォーキングは、まだまだ知られていませんが、誰でも気軽に始められる運動です。最近始められた方からは、「転倒予防につながっています」と感想がありました。現在、月2回、皆さんで集まり一緒に活動しています。



ポールウォーキングは、足腰が少し不安な方もできる運動です。皆さん、一緒にやりましょう!



保健活動推進員  
鈴木さん



画材は輪番で準備。  
今回は、小学生の目線で絵を描いています。

サロン ド ガーデン

### ■ 「Salon de Garden」 趣味活動で健康づくり

絵を描きたい人たちが4人集まり、地域で絵画をやるうと「サロン ド ガーデン」を発足。マンションのエントランスに募集のお知らせを貼ったところ、小学生から高齢者までが集まりました。もちろん、絵を描くのは初めてという人もいます。活動は、絵を描くだけでなく、スケッチ・ツアーにも出かけています。メンバーのひとりからは、「いつまでも社会と接したい。そうすることで、気持ちに張りが出て楽しい。それが健康づくりにもつながっている!」と、皆さん楽しく活動しています。

# 誰でも気軽に集えるふれあいの場所づくり

～ふれあいの丘地区「ふれあいサロン」～

## 住んでいるみんなにより良いまちに

ふれあいの丘地区では、都筑区災害時要援護者支援事業「つづきそなえ」の見守りや、青少年健全育成を視野に入れた「ふれあいの丘駅周辺防犯パトロール」の実施、子育て中のパパママ向けの子育てセミナーの開催(年3回)など、それぞれのニーズに合った取組が行われています。それぞれ自治会や地区社協、民生委員・児童委員、おやじの会など地域みんなが意見を出し合い、協力して進めています。




## 取組紹介 ～高齢者サロン「ふれあいサロン」～

様々な活動を進める中で、最近ではリタイアした人たちの外に出ていきつけや居場所がないことが問題となりました。

そこで、単発のイベントとして、「歌声サロン ふれあいの丘」を開催したところ、「定期的にあつたら良い」という声が多くあったため、平成25年度からは高齢者向け健康麻雀とカラオケをそれぞれ月1回ずつ、「ふれあいサロン」としてスタート。「なるべく多くの人に参加できるものを」と、昔から馴染みのある人の多いこの2種類にしました。定期的に行うことで、同じ地域の方々が顔を合わせるコミュニケーションの場となっています。主催者も参加者も一緒に楽しく続けていくことが目標です。



楽しく歌って健康!



気分転換



楽しみながら頭の体操!



引きこもり防止

近隣の人たちとのふれあい

ストレス解消

毎月第2月曜日に開催中のカラオケサロンでは、元々の知り合いも、初めて顔を合わせる人もみんなで楽しく盛り上げられます。「歌だけでなくダンスも!」という参加者のアイデアを取り入れるなど、「誰もが参加したくなる」サロンづくりをしたいと考えています。

健康麻雀サロンは、毎月第4月曜日に開催中。口コミで参加者が集まっており、とても賑やかな雰囲気です。指導のボランティアさんがいるので、経験者だけでなく初心者でも気軽に参加できます。このサロンをきっかけに顔見知りになる人も増えています。



### 「ふれあいの丘連合祭」

平成25年度は「ふれあいの丘連合祭」でも「ふれあいサロン」を開催! 毎月のサロンに来てもらうきっかけづくりになり、顔の見える関係づくりが進んでいます。

★「地域福祉保健計画」を推進する、関係機関を毎号ご紹介します★

今回は「葛が谷地域ケアプラザ」です!



ご紹介します! 葛が谷地域ケアプラザ

葛が谷地域ケアプラザは、都筑区で最初に設置されたケアプラザで、来年20周年を迎えます。

横浜市営地下鉄グリーンラインの「都筑ふれあいの丘」駅から徒歩3分です。近くには資源循環局都筑工場や都筑地区センター、都筑プールがあります。皆さまに「ああ、葛が谷で良かった」と言っていただけの地域ケアプラザを目指しています。

...★ 葛が谷地域ケアプラザは地域の皆さまを応援します! ★...

地域の福祉活動を応援します

● 荏田南地区

～にこにこサロン～

荏田南地区の方対象のサロン。プロの音楽家を呼んだり、小物を作ったりと楽しく活動しています。



● 渋沢地区

～昔遊びと芋煮会～

高齢者が子どもたちに竹とんぼやお手玉など昔遊びを教えています。芋煮を皆で食べて大満足!



● 柚木荏田南地区

～つづきそなえ事業～

災害時に要援護者の見守りを行うため「ハートカード」で要援護者の把握をしています。



● 都田地区

～都田地区 子育てサロン～

IKEAや折本公民館を会場とした子育てサロン。民生委員さん、保健活動推進員さん、町内会の方々が活躍です。

● ふれあいの丘地区

～ふれあいサロン～

ふれあいの丘地区の方対象の麻雀サロン。初心者もベテランも楽しんでいます。



子育て中の方を  
応援します

毎月第3金曜日午前10時から、子育てサロン「きらきら」を開催! 保育士さんも来ています。



障害のある方を  
応援します

年2回、障害児と遊ぶ「くずがやゆめひろば」、毎月第1・第3金曜日の夜に、食事やバンドを楽しむ「ハッピーアワー」を開催。



ご高齢の方を  
応援します

● 相談

ちょっとした困りごとでも気軽にご相談ください。(介護保険や車椅子の貸出など)

● 元気でいきいきと暮らすための講座

介護予防体操や男性料理教室など



● 気軽なふれあいの場づくり

ボッチャ(車椅子や片麻痺でもできるスポーツ)・毎月第2水曜日午前10時～)や編み物(毎月第4水曜日午前10時～)

# お知らせ

## つづき あい フォーラムを開催します！

第2期都筑区地域福祉保健計画や都筑区こども・青少年育成計画を推進する3つの取組発表と各地区やグループの取組についてのパネル展を行います。ぜひ、お越しください！

【日時】平成26年2月2日(日)  
午後1時30分～午後3時30分(受付:午後1時～)

【場所】都筑公会堂

【対象】一般区民(300人)

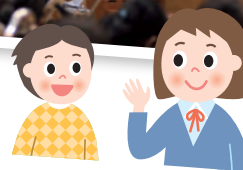
【内容】活動報告  
パネルディスカッション  
こども、青少年によるダンス  
※パネル展は、2月2日(日)午後1時～2月10日(月)  
正午に、区役所1階区民ホールで行います。



【お問合せ】  
福祉保健課事業企画係  
TEL 045-948-2344 FAX 045-948-2354

## 地域に響け！ 「わたしたちのまち ジョイントコンサート」

12月7日、早淵中学校区の折本小、勝田小、新吉田第二小、早淵中、新栄高校、日々輝学園が参加したジョイントコンサートが行われ、多くの方で賑わいました。2年前から地域で親しまれてきたこのコンサートですが、今回は都筑区こども・青少年育成計画モデル事業として、早淵中学校で実施しました。中学生たちも、小さなお子さんの遊びコーナーや会場案内など、スタッフとして大活躍。地域の方々との交流を深めました。



【お問合せ】  
こども家庭支援課青少年支援・学校地域連携担当  
TEL 045-948-2471 FAX 045-948-2309

## 第14回都筑区チャリティーゴルフ大会より 「つづき あい基金」へ、寄付をいただきました！

都筑区にゆかりある個人・団体・企業が参加された「第14回都筑区チャリティーゴルフ大会」が8月29日に開催されました。今大会での収益金115万円を同大会実行委員会より区社会福祉協議会善意銀行に贈呈いただきました。都筑区地域福祉保健計画推進のために、「つづき あい基金」等へ活用させていただきます。ありがとうございました。

### ～「つづき あい基金」助成金をご活用ください～

都筑区地域福祉保健計画の推進の一環として、計画の「目標」と取組の「方向性」に合致し、地域の福祉保健に関する課題の解決に向けた活動や、「新たな取組」「活動の拡充」など、更なる一歩を踏み出す活動を応援する「つづき あい基金」助成金の制度があります。

来年度の募集は、平成26年4月を予定しています。  
詳しくは、都筑区社協までお問合せください。

【お問合せ】 都筑区社会福祉協議会 TEL 045-943-4058 FAX 045-943-1863



チャリティーゴルフ大会

## 第2期都筑区地域福祉保健計画「つづき あい」とは？

都筑区地域福祉保健計画「つづき あい」は、誰もが住みなれた地域で安心して暮らすことができることを目指しています。

**区民、地域、団体、企業と都筑区役所等**が、地域課題に対してともに取り組み、**人と人との「であい ささえあい わかちあい」**の仕組みをつくり、行動していくための計画です。

平成18年に策定された第1期都筑区地域福祉保健計画(5か年計画)に引き続き、第2期都筑区地域福祉保健計画(平成23～27年度)を策定し、推進しています。

基本理念

人と人との「**であい ささえあい わかちあい**」

構成

連合自治会町内会エリアごとに地域の行動目標を定めた「地区別計画」とともに、都筑区役所・区社会福祉協議会の行動計画、地域ケアプラザの行動計画で構成されています。

### 第2期計画ではどんな取組を進めるのか？

#### 方向性1

顔の見える  
地域づくりを  
進めます

地域での「つながり」を大切に  
して、地域住民をはじめ、地域の様々  
な主体が、連携・協働し、地域課題  
の解決に取り組んでいけるよう顔  
の見える地域づくりを進めます。

#### 方向性2

幅広い区民参加で  
活動や取組の  
輪を広げます

地域の課題解決に向けた主体  
的な取組を区全体に広げていくと  
ともに、ボランティアニーズへ対応  
していけるよう、幅広い区民参加に  
より、活動の輪を広げます。

#### 方向性3

必要な人に支援が  
届く仕組みづくりや  
取組を進めます

支援が必要な人の把握や、情報  
提供のあり方等について検討を行  
い、誰もが支援を受けられるよう  
な仕組みづくりや取組を進めます。

## “小さなお子さん”の“大きな取組”～あいボラキッズ「ありがとう会」～

「あいちゃんボランティア」の活動の一環として、10月11日に川和小学校で「あいボラキッズ“ありがとう会”」を開催しました。

「あいボラキッズ」とは小学校4年生以下のお子さんたちを対象にした取組で、夏休み期間に行った「みんなのためになる活動」を「あいボラキッズカード」に記入してもらうものです。今年は区内約9,600人のお子さんが参加し、見事「みんなのためになる活動」が10個できたお子さんは、約3,600人にのぼりました。

“ありがとう会”では区長から「たくさんの活動をありがとう！皆さんが良いことをすると周りの人たちが笑顔になります。これからもみんなのためになることを続けてください。」と全校児童の皆さんに感謝の気持ちを伝えました。

お子さんたちだけではなく、街中に「みんなのためになる活動」があふれるようになったら素敵ですね！



みんなのため  
になる活動を  
ありがとう！

あいボラ  
キッズカード

【お問合せ】福祉保健課運営調整係 TEL045-948-2341 FAX045-948-2354