

柱 2 健やかで心豊かに生活できる地域づくり

基本目標 誰もがいきいきと健やかに生活できる地域づくりを進めます

現 状

- 誰もが生き生きとその人らしく生活するには、心身の健康の維持や増進が重要であり、乳幼児期から高齢期のライフステージに合わせた予防の取組を行う必要があります。
- 子どもや青少年が健やかに成長できるよう、安心して遊べる場や、仲間と活動できる機会や居場所が必要です。また親子や青少年を温かく見守る地域づくりが求められています。
- いきいきと健康で活動的な生活を送るためには、地域活動や趣味活動など人とのつながりや世代を超えた交流(*つながりde健康づくり)が求められています。また地域の中で活躍できる環境を整える必要があります。
- 地域では健康に関する様々な活動や講座等が開催されていますが、情報を得る機会が限られています。地域人材・企業・保育・学校等と協力し、日頃の生活の中で、健康に関する情報を入手できるよう環境を整える必要があります。

5年間の取組の方向性

1 子どもから青少年まで健やかに育つ地域づくり

- ①乳幼児の親子が相互にも周囲ともつながり、幼い頃から幅広い遊びを体験し成長できるよう、様々な人との交流や体験ができる場や機会を充実させていきます。
- ②放課後などに安心して過ごせる居場所の情報を整理し、提供する仕組みをつくります。また、小中高生が温かく見守られながら成長できる地域づくりについて、地域施設や、青少年指導員などの地域支援者とともに検討します。
- ③乳幼児期から、生涯にわたり健やかに過ごせる生活習慣を身に付けられるよう、幼稚園や保育園、学校、家庭、地域と連携協力し、健康に関する知識の啓発や参加できる活動を増やします。

《具体的な取組》

- ◎地域子育て支援拠点「かなーちえ」と連携した親子のたまり場「すくすくかめっ子」の運営や立ち上げ支援(区)
- ★子どもたちが楽しく体を動かすことができるように保育士が考案した「かめ太郎こども体操」を活用した親子の健康づくりの推進(区)
- ◎区内全小学校への放課後キッズクラブ設置と運営支援(区)
- ◎食生活改善推進員(ヘルスマイト)と連携した保育園や小学校での食育交流会の開催(区)
- ◎小中学生向けの障害者スポーツ講座の開催と更生保護団体と協力した青少年の喫煙問題等の学校向け周知(区社協)

2 働き・子育て世代などが健康を見直す機会づくり

- ①仕事や子育て等で忙しい中でも、生活習慣を見直すきっかけとなるよう、働き・子育て世代に多い健康問題や予防に関する啓発を進めます。
- ②職場やPTAなどの集団や世代の特性に合わせ、ちょっとした機会に取り組める健康づくりの活動を増やします。

《具体的な取組》

- ◎保健活動推進員や地域子育て支援拠点「かなーちえ」と連携し、乳がんの早期発見に向けた啓発活動を実施(区)
- ◎企業と連携した健康講座の開催や健康キャンペーンの実施(区)
- ◎乳幼児健診や両親教室等での健康づくりに関する情報提供(区)

3 シニア世代がいつまでも自分らしく活躍できる地域づくり

- ①身近なエリアで仲間と行う介護予防や認知症予防の活動が充実するよう、保健活動推進員やヘルスマイト、*認知症キャラバンメイトなどの地域人材が中心となり、参加しやすい活動を進めます。
- ②趣味等既存のグループ活動に、健康づくりに役立つ内容を取り入れてもらう取組を進めます。
- ③様々な地域活動で、老人クラブ(平成28年4月から、「シニアクラブ」)と連携し、高齢者が活動・活躍できる場や機会を作り、地域活動の活性化を図ります。

《具体的な取組》

- ◎※元気づくりステーションの立ち上げや運営支援(区、地域ケアプラザ)
- ◎保健活動推進員やヘルスマイトなどと連携協働したロコモ予防の普及啓発(区、地域ケアプラザ)

※元気づくりステーション:シニアが主体的・継続的に介護予防に身近な場所で取り組むグループ活動

4 子どもからシニア世代まであらゆる人が健やかに生活する環境づくり

- ①商店街やコンビニ、飲食店、医療機関や銀行等、日常生活で市民が多く利用する機関に協力を依頼することで、身近なエリアの健康づくり活動や健康に役立つ情報を手軽に得られる場や機会を増やします。
- ②世代を超えて誰もが楽しく気軽に参加、交流できる健康づくりイベントの開催や、地産地消など関連分野と連携した魅力的な取組を進め、健康づくりに取り組むきっかけや仲間をつくる機会を増やします。
- ③子どもが地域の中で見守られのびのび遊べる活動や、高齢者がいきいきと活躍する活動を増やし、世代を超えた交流の取組などを通じお互いに力を発揮できる機会をつくります。

《具体的な取組》

- ★病院や企業に協力を得て介護予防に関する情報の区民への情報提供(区、地域ケアプラザ)
- ◎保健活動推進員と連携した健康づくりキャンペーンや健康ウォーキングイベントの開催(区)

将来の目指す姿

- 1 子どもや若い世代からの健康づくりや予防の取組が充実し、健康寿命が延伸することで、高齢になっても自分らしい生活を実現できる人が増えています。
- 2 子どもがいきいきと遊び健やかに育ち、高齢者が元気で力を発揮でき、あらゆる世代が笑顔で健康に生活するための環境づくりや取組が進んでいます。
- 3 年代や環境、病気や障害等の違いに応じた多様なニーズに合った健康づくり活動が増え、健康づくり活動を通じたつながりづくりが進んでいます。
- 4 自分や周囲の人の健康について考え、健やかに過ごすために必要なことを理解し実践する人が増えています。

●子育てが楽しいまちになるために！ 「親子のたまり場」「すくすくかめっ子」

神奈川区では平成13年から世代を超え地域ぐるみで、子どもをみんなで見守りながら、育ていけるまちづくりを進めており、地域の方たちと親子が一緒におしゃべりや仲間づくりをする「親子のたまり場すくすくかめっ子」に取り組んでいます。

親子のたまり場“すくすくかめっ子”は、地域のボランティアの方たちが支え手となり、身近な町内会館等を子育て中の親と子に開放しています。15周年を迎え、赤ちゃんの頃に出会った子どもたちが中学生・高校生になり、遊びに来て



てくれた親たちが、わが町のかめっ子の支え手になって帰ってきてくれるようになりました。かめっ子の活動が次の世代にも引き継がれつつあります。

子ども達の未来が少しでも明るいものになるように、居心地のいい親子のたまり場“すくすくかめっ子”をこれからも神奈川区の宝物として人と人のつながりの中で育てていきます。

●神奈川区の青少年健全育成

次代を担う青少年が、健やかにのびのび育つように願い、地域と行政が一体となってより良い地域環境を作りあげるため、青少年指導員が活動を行っています。

神奈川区では自治会町内会から1名ずつ指導員を選出し、「ホタル観察の夕べ」、「ものづくり体験教室(工作教室)」、「料理教室」、「音楽フェスティバル(合唱大会)」など青少年向けの様々なイベントを開催しています。

同じく地域でスポーツ振興を行っているスポーツ推進委員と合同で、夏には「少年少女ソフトボール大会」も開催しています。

そして、青少年を望ましくない社会環境から守るため、カラオケボックスや書店などの調査(社会環境実態調査)や夜間パトロールを行うと共に、保護司会や少年補導員と協力して、薬物乱用防止キャンペーンなども行っています。また、各地区のお祭りやイベントなどでも活躍をしています。



ペットボトルロケットを手に喜ぶ子どもたち



薬物乱用防止キャンペーン

「こんにちは」「ありがとう」から始まる挨拶を大切に、地域全体で様々な団体が青少年健全育成に取り組んでいます。

事例紹介

●シニアの健康づくりの居場所! 元気づくりステーション『神之木ケアランド』

「元気づくりステーション」とは、シニアが主体的・継続的に介護予防に取り組むグループ活動のことを言います。

その一つである『神之木ケアランド』は、地域の皆さんが主体となって運営しているシニアの居場所です。茶話会、健康吹き矢等の健康づくりの内容を取り入れて活動しています。また参加者や地域の方たちが互いに講師役となり、生活に役立つ内容や歴史等を学ぶ勉強会も開催しています。シニアの居場所として、生きがいを持ち仲間と交流することで神之木の地域がより元気な街、地域が家族のような関係で支えあえる街になることを目指しています。



活動を開始するにあたり、町内会、民生委員・児童委員、老人会の有志、地域の担い手、神之木地域ケアプラザ、区で運営方法や参加者の呼びかけ方法について協議を重ねてきました。現在では、「ここに来るのが楽しみ」という声もあり、参加者が増えて活動の幅が広がってきています。今後もシニアが元気に社会参加できる場として、皆で楽しく活動を続けていきます。

事例紹介

●身近なエリアで手軽に健康づくり! ～保健活動推進員が進めるウォーキング～

神奈川県では、※保健活動推進員会が区役所と合同で開催する健康ウォーキングのイベント以外にも、エリアごとに、各地区の保健活動推進員の皆さんが中心となり、気軽に参加できるウォーキングを開催し、多くの区民が参加しています。

身近な地域の中で、気軽な運動を通して顔見知りになったり、ウォーキング参加のつながりで歩く習慣が長続きするなど、身近な地域での活動が区民の健康づくり・つながりづくりに役立っています。

※保健活動推進員：

神奈川県では、自治会町内会の推薦により市長から委嘱された約220人が、区役所と協力しながら地域の健康づくりの推進のために活躍しており、地域の健康づくりのリーダーとなっています。

