

# 第1章 中区地域福祉保健計画「中なかいいネ!」とは



## 「中なかいいネ!」って何?

「中なかいいネ!」は中区地域福祉保健計画の愛称です。

中区地域福祉保健計画とは、地域の人々がお互いに支え合いながら、誰もが住み慣れた地域でいつまでも安心して暮らしていけるようなまちづくりを目指して、中区に住む人・働く人すべての人が協力をしながら進めていく計画です。

### 「中なかいいネ!」の構成

「中なかいいネ!」は13地区の地区別計画と区域計画から成り立っています。

#### 地区別計画

地域が目指すまちの姿や地域の様々な課題に対する取組を地域が主体となってまとめたもの。

取り組む人 地域に住む人・働く人

#### 区域計画

区域の共通課題や地域では解決することが困難な課題に対する取組をまとめたもの。地区別計画が進むよう後押しします。

取り組む人 区役所、区社会福祉協議会、地域ケアプラザ、福祉・保健関係者や企業・事業者等、地域に住む人



### 計画期間について

第4期計画の計画期間は令和3年度～令和7年度の5年間です。

#### 第1期

平成18年度～  
平成22年度

目指すまちにするために、どんな取組が必要であるかを各地区や区全体で模索し、活動を広げていきました。「中なかいいネ!発表会」も開始しました。

#### 第2期

平成23年度～  
平成27年度

2つの重要テーマ(①地域のつながりと住民同士の支え合いの充実強化、②活動の継続・活性化と次代を見据えた人材育成)を定めました。

#### 第3期

平成28年度～  
令和2年度

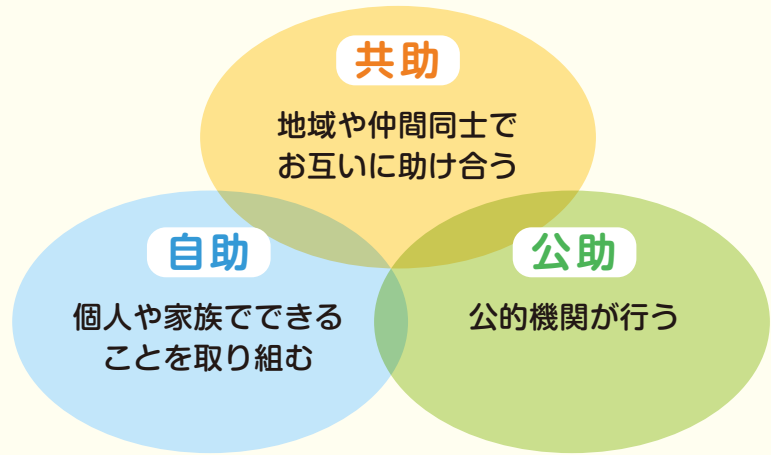
2本の柱(見守りと健康づくり)と3つの土台づくり(人財・交流・情報)を定め、計画を推進しました。

#### 第4期

令和3年度～  
令和7年度

# 自助・共助・公助で取り組む「中なかいいネ！」

地域福祉保健計画は、お互いに助け合う「共助」が中心となりますが、生活や地域の困りごとを解決するためには、**自助** **共助** **公助** を組み合わせて、総合的に取り組みます。



## 2 もっとみんなの「中なかいいネ！」にするためには？

～中区全体で取り組みましょう～

誰もが安心して住みやすいまちにするためには、**中区に住む人・働く人、すべての人**の協力が必要です。それぞれの状況に合わせて、できることから始めてみましょう。

また、一人で取り組むよりも、**話し合い(対話)、共に学び合う(学び)**と、楽しく続けることができます。周りに目を向けてみると、異なった活動をしている人(団体)が、自分の目指すところに近い場合もあります。

コロナ禍で新しい生活様式が求められる中、今まで行ってきたようにはできないことも多くありますが、このようなときだからこそ、力を合わせて工夫していきましょう。

### 中区地域福祉保健計画会議「中なかいいネ！」推進会議委員

- 地区の代表者(13地区)
- 中区連合町内会長連絡協議会
- 地区社会福祉協議会
- 中区医師会
- 中区歯科医師会
- 中区薬剤師会
- 中区障害者団体連絡会
- 中区ボランティア連絡会
- (公財)横浜市国際交流協会
- 学識経験者

#### できることから始めてみましょう

住む人・働く人

- 1 挨拶をしよう・顔見知りになろう
- 2 住んでいるまちを知ろう  
地域の状況や地域の活動を見てみましょう。
- 3 応援しよう  
地域で行われている活動や活動している人を応援しましょう。
- 4 学び合おう・話し合おう  
地域のルールや課題を知りましょう。  
あなたの気づきやアイデアを伝えましょう。
- 5 参加しよう  
興味のある行事に行ってみよう。  
できることを手伝いましょう。
- 6 仲間をつくらう

- 中区中学校長会
- 中区民生委員児童委員協議会
- 中区主任児童委員連絡会
- 中区保健活動推進員
- 中区食生活等改善推進員会
- 中区青少年指導員協議会
- 中区スポーツ推進委員連絡協議会
- 中区老人クラブ連合会
- 横浜商工会議所

#### 事務局

中区役所 中区社会福祉協議会 地域ケアプラザ

### 中区民に関わりのある地域福祉保健計画を一緒に進める機関・団体等

- 消費生活推進員
- 公園愛護会
- 環境事業推進員
- 家庭防災員
- 消防団
- 保護司会
- NPO法人や地域活動団体
- 保育園
- 幼稚園
- 介護事業所
- 高齢者施設
- 学童保育所
- 放課後キッズクラブ
- 小学校・中学校・高等学校・大学等
- 病院
- 消防
- 警察
- 障害者施設
- 地区センター
- コミュニティハウス
- 図書館
- 商店街
- 企業・事業所
- 郵便局
- スポーツセンター
- 中区地域ケアプラザ
- 竹之丸保育園(育児支援センター園)
- かながわ外国人すまいサポートセンター
- 中区地域子育て支援拠点「のんびりんこ」
- 横浜市寿福祉プラザ相談室
- 中区障害者支援拠点
- 中区在宅医療相談室
- よこはま東部ユースプラザ
- なか国際交流ラウンジ
- 男女共同参画センター横浜南(フォーラム南太田)

## 中区民に関わりのある主な福祉・保健に関する施設

※五十音順に掲載

最新の情報はホームページなどでご確認ください

### NPO法人 かながわ外国人すまいサポートセンター

☎ 045-228-1752

日本に住む外国人の住まいと生活について相談を受けます。外国人と日本人が共に生きることができる社会をつくります。一人ひとりに向き合いながら話をききます。いろんな言葉のマニュアル(入居・退去マニュアル、生活のルールなど)を用意しています。

### 竹之丸保育園(育児支援センター園)

☎ 045-641-1639(代表)

※育児支援専用ダイヤル: ☎ 045-641-1646

子どもの生活(食事・排泄・睡眠等)、遊び、発育のことなど日々の子育ての不安などに保育士がアドバイスします。

### 男女共同参画センター横浜南(フォーラム南太田)

☎ 045-714-5911(代表)

働きづらさに悩む若年女性向けのしごと準備講座、女性の仕事の相談、男女の子育てや心とからだの健康づくりを応援する講座、同じ悩みを分かち合う自助グループへの場所の提供を行っています。

### 地域ケアプラザ(地域包括支援センター)

誰もが安心して暮らせるように、福祉・保健・ボランティア活動等に関する相談や講座・催しの開催、施設の貸出を行っています。また、地域ケアプラザ内の地域包括支援センターでは、福祉・保健の専門職が相談支援を行っており、中区に6か所ある身近な相談窓口です。

#### 各施設の電話番号

- |                             |                              |
|-----------------------------|------------------------------|
| ● 新山下地域ケアプラザ ☎ 045-625-1911 | ● 不老町地域ケアプラザ ☎ 045-662-0161  |
| ● 麦田地域ケアプラザ ☎ 045-664-6023  | ● 本牧原地域ケアプラザ ☎ 045-623-0971  |
| ● 箕沢地域ケアプラザ ☎ 045-663-6960  | ● 本牧和田地域ケアプラザ ☎ 045-622-1211 |

### 中区在宅医療相談室 一般社団法人横浜市中区医療センター ☎ 045-307-2505(受付時間:平日9時~17時)

病気があっても住み慣れた家で療養したいという高齢者の在宅医療や介護に関する様々な相談を電話で受け付けています。



## 中区障害者支援拠点「みはらしポンテ」

知的障害や身体障害、精神障害のある方々の暮らしや活動を支援する「地域活動ホーム」と「生活支援センター」が一緒になった、障害者支援拠点です。障害をお持ちの方の様々な相談を受け付けています。

- 中区障害者地域活動ホーム(障害児・者の方への情報提供・相談支援について)

☎045-628-1343

- 中区生活支援センター(精神障害のある方への相談支援について)

☎045-624-0275

## 中区地域子育て支援拠点「のんびりんこ」

☎045-663-9715

妊娠中から就学前の親子が利用登録のうえ、無料で利用いただける施設です。

子育て相談や子育て情報の提供、人材育成、横浜子育てサポートシステムの事務局など、子育てに関する支援を行っています。

## 中区福祉保健活動拠点「なかふく」／(福)横浜市中区社会福祉協議会 ☎045-681-6664

地域の福祉活動などを応援するための多様なネットワークづくりや活動への助成、ボランティアの育成等を行っています。また、個別の相談や事業(ボランティアセンター、あんしんセンター、移動情報センター、生活福祉資金貸付)等を通じて、生きづらさや生活の困りごとを抱える人たちへの支援や福祉に関する理解・啓発を進めています。

## なか国際交流ラウンジ

☎045-210-0667

外国人市民に対し、日常生活に関わる様々な情報を多言語で提供します。

## 横浜市寿福祉プラザ相談室

☎045-641-0383

寿地区内にある横浜市の行政機関であり、簡易宿泊所宿泊者等からの生活相談を受け付けています。

また、地域行事の企画運営支援や地域防災の充実、地域福祉保健計画の推進等、地域の課題解決の支援、寿地区への偏見・差別をなくすための人権啓発研修の実施、寿地区の簡易宿泊所等調査を行っています。

## よこはま東部ユースプラザ

☎045-642-7001

若者一人ひとりの自立を目指し、若者とその保護者による相談を来所ができない方にも、オンライン(Zoom)などで行っています。「東プラ」は若者が集まって、安心して過ごすことができる居場所です。