

上郷東地区

誰もが暮らしやすい上郷東地区を実現するための
 支えあい・見守りあいのプラン(第3期栄区地域福祉保健計画
 上郷東地区 地区別計画。計画期間:平成28年度~32年度)
 をご紹介します。



上郷東地区のプロフィール

戦前は谷戸の多い農村地域でしたが、昭和19年に相武隧道が開通し、昭和40年代、丘陵部の住宅開発が進みました。港南駅、大船駅などへバスを利用する方が多く、上郷町内会、庄戸一丁目町会、庄戸二丁目町会、庄戸三丁目町会、庄戸四丁目町会、庄戸五丁目町会、長倉町自治会、上郷ネオポリス自治会、東上郷青葉ヶ丘自治会、上郷台共同住宅自治会、みどりが丘自治会の11自治会・町内会で構成される地域です。

地区の中央を環状4号線が南北に縦断していますが、いたち川上流の瀬上沢、瀬上市民の森や、上郷市民の森、横浜自然観察の森などに囲まれ、自然環境が豊かな地域でもあります。

計画開発された住宅地の多くでは、建築協定により良好な住環境が守られている一方、高齢化・少子化などの課題に直面しています。

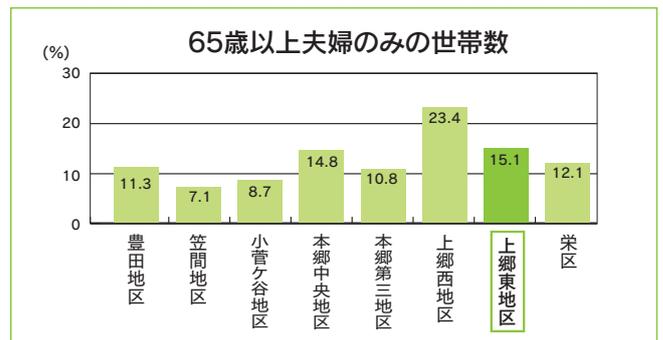
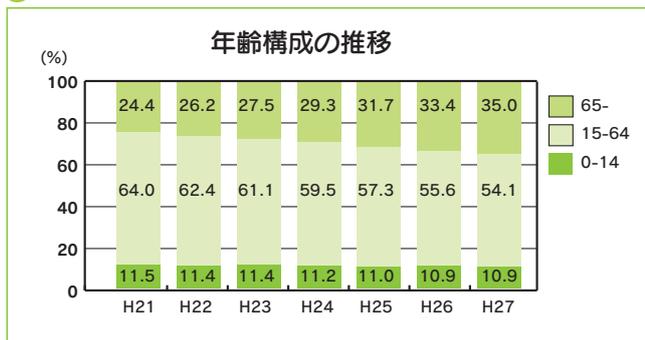


地区の特徴から考えること

- 居住期間が長い住民が多い反面、多くの住民が交通や買物の不便さに不満を感じています。
- 自然環境や環境問題への関心が高く、良好な住環境をいかながら、生活に必要な機能の充実を図る必要があります。
- 高齢者に対する福祉活動やスポーツに参加する住民が多く、また、病気予防などへの関心も高いため、住民による介護予防等の活動をより充実させていく必要があります。
- 災害時要援護者のための避難支援訓練等への理解も広がっており、取組を通じて、地域のつながり、向こう三軒両隣の関係づくりを深めていく必要があります。

数字から見た上郷東地区

- 平成21年から平成27年までの間で、年少人口(15歳未満)の割合はわずかに減少し、老年人口(65歳以上)の割合は、確実に増加の傾向があります。
- 栄区の中では、比較的高齢の方のいる世帯の割合が高い地区で、特に高齢の夫婦のみの世帯の割合が高いようです。



(平成22年度国勢調査結果から)

手をつなごう! あいさつしよう! 上東!

テーマ	小テーマ(課題)	将来像(目標)	
<p>健康づくり (いきいきと人生を歩むために)</p> <p>「健康寿命日本一へ」</p> <p>【重点取組】</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●ひとりひとりの取組が大切 ●地域で取り組む身近なイベントに参加 ●認知症予防 	<ul style="list-style-type: none"> ●健康寿命日本一を目指し、健康づくりの意識、知識が高まっていて、ひとりひとりに合った健康づくりに取り組んでいる。 ●地域の健康づくり活動への参加が、知り合いや諸活動へ関わる機会を増やし、自分の住む地域に目を向けることにつながっている。 ●元気なうちから、認知症予防・介護予防に取り組んでいる。 	<ul style="list-style-type: none"> ●コソコソ型 ●日頃サロン健康づくり ●それぞれにメニューの ●定期的な測定 ●一人暮らし ●ワイワイ型 ●いきがい型 ●簡単なスポ ●地域の様々 ●ラジオ体操や ●ウォーキングを ●既存のサロン ●生活習慣を ●サロン活動
<p>見守り・支えあい (みんなで支え見守る活動)</p> <p>「住み慣れた地域で安心して暮らし続ける」</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●見守るためにまずは把握 ●ご近所の変化に気付く気配りのできるまち ●三世代が生き生きと住めるまちづくり ●向こう三軒両隣を生かし、災害時にも役立つ日常の見守り活動をつくる ●地域の住民による暮らし応援 	<ul style="list-style-type: none"> ●孤立した老人ゼロのまち ●地域の中に、いつでも顔を合わせて話ができる居場所がある。 ●子育てしやすいまちづくりが、若い世代を育成し、高齢者も暮らしやすいまちになっている。 ●向こう三軒両隣の見守りが、消費被害の防止にもなっている。 ●気軽に参加と依頼ができる暮らし応援体制ができている。 	<ul style="list-style-type: none"> ●自治会・町内 ●特に見守り ●名簿やマップ ●子どもや障 ●二人暮らし ●外出が困難 ●子育てしや ●乳幼児から ●既存のサロ ●自治会・町内 ●多世代、障害 ●子ども会の ●子育てサロ ●顔を合わせ ●日頃の交流 ●見守る方と ●要援護者の ●日頃からの ●地域全体で ●見守りが定 ●した「暮らし ●利用者の気兼 ●経済的な事情
<p>連携・ネットワーク (つながることの大切さ)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●地域活動を支えてくれる機関(行政、ケアプラザ)との関係強化 ●地域活動をする各種団体との情報交換と交流 ●自治会・町内会、民生委員、各種団体代表の連携協定の強化策 ●次世代育成、青少年指導者との交流(中学校、高等学校との情報交換会・更生保護団体との連携) 	<ul style="list-style-type: none"> ●各種団体の融合が図られ、効率良く運営ができています。 	<ul style="list-style-type: none"> ●何か気にな ●地域ケア会 ●高齢者には民 ●複数の選択肢 ●自治会・町内 ●見守りネット ●更生保護女 ●実施 ●地域防災拠



取組内容	取組体制	セーフコミュニティ
<p>健康づくり(自分中心の運動、食事づくり) に参加しない方が興味を持つような健康講座を、ケアプラザと共同で開催するなど、をきっかけとした関係づくり 合った取組ができるように、体操教室等における指導者の確保、体力に合わせた用意、移動困難な方への送迎サービスの提供 (体脂肪率、骨密度等)と組み合わせて、運動や筋力トレーニングの効果が励みになるような活動の実施 高齢者を対象に、一つの素材を様々に使いこなすための料理教室の開催</p> <p>健康づくり(友達と一緒に行動する。敬老パスを活用した話題スポット巡り等) 健康づくり(ボランティア活動で地域貢献) 一ツを通して、地域の人々のコミュニケーションが図られるような活動の実施 なサークル・団体へ呼び掛け、協働・連携の基盤につながるようなイベントの実施 ミニバレーなど、高齢者と子どもと一緒に参加でき、世代間交流につながるような活動、スポーツの実施 、子どもや若い年齢層にも広げ、地域の良さの再確認や地域への愛着の醸成につながるような活動として展開 で、保健活動推進員が出前の講座を実施するなど、健康づくりを通じた、地域の活動者・団体の連携強化</p> <p>見直し認知症発症を防ぐ 運動・食(栄養)・社会参加(地域活動) において、メニューに脳トレや筋トレを組み入れるような工夫</p>	<p>自治会・町内会、民生委員・児童委員、保健活動推進員、シニアクラブ(友愛活動員)、スポーツ推進委員、食生活等改善推進員、ボランティア、見守りネットワーク</p>	<p>スポーツ・余暇安全 高齢者安全</p>
<p>会などの防犯バトロール、登下校時の見守りなどを活用した、住民全体へのゆるやかな見守りが必要な方に対して、民生委員・児童委員を中心とした個別の訪問 に過度に頼ることなく、日頃からの隣近所のきずなが、自然な見守りにつながるような、関係づくりの企画 害者、一人親家庭、一人世帯など、高齢者だけに偏ることのない見守りの実施 高齢者の共倒れを防げるような見守りの検討 な方を地域で見守るための方策の検討</p> <p>すい環境づくり 高齢者までが集える施設と環境づくり ンが、多くの人と知り合う場所となるような企画の実施(年越しサロンなど) 会が中心となり、三世交流のイベントを開催(ハロウィンイベントに防犯バトロール、シニアクラブが協力等) 者も共に集えるような交流の場の開催 実態把握。子ども会OB等を活用した子ども会の運営、子ども向けイベントの開催 ン等を利用する母親に、スタッフとして参加してもらえるような仕組みづくり</p> <p>たら声をかけ、コミュニケーションのきっかけとなるような「あいさつ運動」 がお互いの理解につながり、災害時には助け合いに発揮されるような向こう三軒両隣の再構築 、見守られる方が、顔見知りの関係になるような懇親会、行事、ランチタイム等の開催 希望に合わせた見守り方の工夫(雨戸の開閉などでゆるやかに見守る等) 関係づくりを希望しない要援護者に対しても、災害時に安否確認が行われるような体制の確保 認知症の方への接し方を共有するために講座等の開催</p>	<p>自治会・町内会、民生委員・児童委員、保健活動推進員、シニアクラブ(友愛活動員)、子ども会、小中学校、防犯バトロール、防犯指導員、消防団、ボランティア、見守りネットワーク</p>	<p>子ども安全 交通安全 児童虐待予防 高齢者安全 災害安全 自殺予防 防犯</p>
<p>着した地区において、「庄戸の元気づくり」「野七里助っ人隊」など地区内の取組を参考に 応援の実施(草取り、軽度な庭木の片付け、障子貼り、買物など) ねが軽減できるような「暮らし応援」のルールづくり(自治会・町内会の中で、チケット制を取り入れるなど) がある方も、自治会・町内会の活動に参加できるような環境づくり(自治会・町内会費の減免制度など)</p>		
<p>ることがあったときは、まずは地域ケアプラザに相談 議を通じた、活動者と各機関・施設との顔の見える関係づくり</p> <p>生委員・児童委員が訪問時に直接、情報提供するなど、地域で活動している団体の情報の周知の仕方について工夫 から自分に合った活動・支援(サロン、サークル、暮らし応援など)を見つけられるような情報提供</p> <p>会中心の取組が難しい地域では、民生委員・児童委員やボランティア団体が中心となって取組を推進 ワーク全体会を通じた情報交換、連携の強化</p> <p>性会のミニ集会等を通じた、学校・PTA・各種団体代表間の情報の共有化、定期的会合の 点の訓練と学校の訓練を一緒に行うなどの連携強化</p>	<p>自治会・町内会、民生委員・児童委員、保健活動推進員、シニアクラブ(友愛活動員)、青少年指導員、小中学校、高等学校、更生保護団体、見守りネットワーク</p>	

地区別計画策定までの経過

第17回上郷東地域見守りネットワーク全体会を開催

- 平成27年7月11日(土)
- 出席者：自治会・町内会の会長など、ネットワークの構成員 約50名
4つのグループに分かれて、次の2つのテーマについて意見を出し合いました。

テーマ1「当面やらなければならないと思うこと」

- 居場所 …………… 集える場所の確保と充実を図る
- 見守り …………… 情報・把握の確立と個人情報の融合
- 支えあい …………… 向こう三軒両隣の推進(顔の見える付き合い)
- 情報 …………… 回覧から更に踏み込んだ広報

テーマ2「10年後の上郷東地区はどうなっていると思いますか？」

- 世代間交流で生き生きと住めるまち
- 孤立老人「ゼロ」の社会 仲の良いまち

第18回上郷東地域見守りネットワーク全体会を開催

- 平成27年11月21日(土)
- 出席者：自治会・町内会の会長など、ネットワークの構成員 約40名
3つのグループに分かれて、前回全体会で出された意見から整理した3つの課題(テーマ)について、地域に求められる取組を出し合いました。

テーマ1「健康づくり(いきいきと人生を歩むために)」

- 上郷東の特色である緑の環境と連動した活動を広げたい
- 保健活動推進員の出番をもっと増やしたい

テーマ2「見守り・支えあい(みんなで支え見守る活動)」

- 災害時のための組織づくりも大切だが、日頃から顔見知りの関係をつくる場づくりも切実な課題

テーマ3「連携・ネットワーク(つながることの大切さ)」

- 自治会・町内会と民生委員・児童委員だけでなく、多くのボランティアグループと連携をとり、共通の理解と行動を取ることが大切

第3期推進における連携強化に向けて、連合町会、自治会・町内会、各種団体・機関、地区社協が意見交換を実施

- 平成28年2月
「次世代育成、青少年指導者との交流」などの課題を中心に、様々な立場から意見を出し合いました。

上郷東地区はこんな地域です！



地域のサロンから



地域ケアプラザの文化祭で和太鼓を演奏



見守りネットワーク全体会から



地域のお寺が子どもたちの学びの場(寺子屋)に



横浜栄高校での福祉教育から



上郷東地区の皆さんが他市町村の地域づくりを見学