

平成 30 年度 第1回鶴見・あいねっと(鶴見区地域福祉保健計画)推進委員会 議事要旨

日時：平成 30 年 7 月 10 日（火）15：00～17：00

場所：鶴見区社会福祉協議会 多目的室

推進委員：石川委員長・八森副委員長

大野委員・押山委員・川合委員・高柳委員・田中(志)委員・田中(博)委員
富樫委員・西澤委員・藤田委員・増子委員

事務局：区福祉保健センター長、福祉保健課長、高齢・障害支援課長、
こども家庭支援課長、生活支援課長、総務部長、地域力推進担当課長、
福祉保健課事業企画担当係長、
区社会福祉協議会事務局長、事務局次長
区福祉保健課、区社会福祉協議会

1 開会

・写真撮影の承認及び議事録のホームページへの掲載について確認

2 石川委員長挨拶

小山前委員長から石川委員長への交代に伴う新任あいさつ

最近思うことは、あいねっとでなく、会うねっと。会うことによってあいねっとの本質に近づけるのではないか。是非皆さんも会って交流を深めていってほしい。

3 センター長挨拶

4 事務局職員紹介

5 議事

(1) 第3期計画の概要について（説明：事業企画担当係長）

※資料2（概要版リーフレット）をもとに説明。

・平成28年度～32年度の5か年計画の3年目に差し掛かっている。

・「たすけあい・支えあい・人と人とのネットワーク」を基本理念として、「つながりのある地域づくり」「必要な人に支援が届く仕組みづくり」「健やかに暮らせる地域づくり」の3つの推進の柱を立てている。

※資料3（PR動画紹介）をもとに説明。

・鶴見あいねっとPR動画を昨年度の推進フォーラムで作成。

・第3期計画の概要と3つの推進の柱の各地区事例紹介したものとなっている。

・鶴見区役所ホームページで公開している。

※PRチラシをもとに説明。

・ポケットサイズのPRチラシを作成した。お祭りなど各地域行事で配布予定

(2) 平成30年度の年間スケジュールについて（説明：事業企画担当係長）

※資料4（平成30年度年間計画（案））をもとに説明。

⇒意見等なく承認。

(3) 話し合い <第3期の推進について>～健やかに暮らせる地域づくり～
(進行役)

今回は、3期計画の3本目の柱である「健やかに暮らせる地域づくり」について議論していきたい。鶴見区は健康指標のデータに関しても、もう少し頑張っていきたいところもあり、大切な内容になるかと思えます。ただ健康というだけでなく、これまで話し合った「つながり・見守り・共生」も含めながら皆様方の意見を伺いたい。まずは話し合いの前に、いくつか事務局から説明をもらったあとに、先行事例も紹介してもらいながら話し合いを進めていきたい。

(地域包括ケア推進担当係長)

※横浜市型地域包括ケアシステムの構築に向けた鶴見区行動指針をもとに説明。

(事業企画担当係長)

※つながりde健康づくりパンフレットをもとに説明。

【事例紹介】

「市場地区～輝き西中町元気クラブ～」(発表者：鶴見市場地域ケアプラザ所長)

※資料<地域ぐるみの健康づくりと、いつまでも安心して暮らし続けられる地域づくり - 市場西中町の取組み - >をもとに説明。

市場西中町自治会は人口1,291人、高齢者人口は372人で高齢化率28.8%、要介護認定率25.3%で鶴見区平均よりも7%程高い数値となっており、ひとり暮らし高齢者世帯は5世帯に1世帯となっている。

平成28年に老人会(=たちばなクラブ)の定例会で地域ぐるみの健康づくりについて話し合い、「運動を活用した仲間との健康づくり」をすることが決まる。その後、他地区の健康サロンの見学を経て、たちばなクラブ会員以外も含めた町内会の連携による地域ぐるみの健康づくりと、人と人とのつながりを再生する地域づくりの実施について検討し、「いつまでも安心して暮らし続けられる地域づくり」を目指す協議体『市場西中町ご近所見守り・支えあい活動協議体』が立ち上がった。

平成29年には健康づくりサロン「輝き西中町元気クラブ」と、50世帯の小単位でゆるやかに見守り支えあう「市場西中町ご近所見守り・支えあい活動」が開始。平成30年4月からは、輝き西中町元気クラブ参加者に実施した「生活上のお困りアンケート」をもとに、地域で支援できる仕組みづくりとして「市場西中町暮らしサポーター(仮称)」ができることになった。

「輝き西中町元気クラブ」は毎週火曜、自治会館で開催され、体操や脳トレなどの身体を動かす内容や、参加者による楽器演奏や手品など多様な活動を展開しており、鶴見元気アップ補助金の交付を受けながら住民で自主運営されている。

アンケートからは、ほとんどの参加者が「地域で話し相手が増えた」と答え、参加者全員が話し相手がいると回答。また複数いると答えた人が75%に至っており、活動に参加することで地域で人と人とのつながりが広がっていることが分かった。

また、生活上の困りごとについて、支援したいと回答した人も6割おり、互助共助の広がりにもつながってきている。

(進行役)

事例発表ありがとうございました。鶴見区の統計もありましたが、付け加えることや強調点はありますか。

(鶴見市場地域ケアプラザ所長)

鶴見区としてはこの5年間高齢化率、要介護認定率ともに微増となっているが、

市場西中町自治会は、高齢化率は微増だが、要介護認定率は微減となっている。高齢化率の伸びよりも要介護認定率の伸びを抑制していくことが課題となっているが、こうした地域での健康づくりを通じてそのようなことにも繋がってくると思う。

(進行役)

ありがとうございました。本日のテーマは「健やかに暮らせる地域づくり」ですが、先程から話があるように人とのつながりがとても重要だということで健康寿命の最良の条件はつながりだということもデータにもあるというところです。

まさに、運動プログラムを地域ぐるみでやっていこうという中で、つながりのある地域をつくり、また困っている人を支えようという話は、あいねっとの3つの柱を兼ね備えて行っている活動をしているといえ、データでも要介護認定率がやや減少するなど、結果がでた取組みかと思います。

今日は「健やかに暮らせる地域づくり」ということを話し合ってもらいますが、改めて目標を確認すると、目標①は「地域での健康づくり活動に取り組みます」目標②は「意欲と能力を発揮でき、生き生きと暮らせる場や機会をつくります」ということでしたが、まずは、今のような事例の取組の感想でも、他の事例の紹介、是非こんなことをしてみたいでもいいので皆様の見識を聞いていきたいと思います。

(委員)

フレイル講演会で3つのポイントが大切という話をきいたが、その中でとくに「つながり」が大切だということを実践しようと思っている。現在ノルディックウォーキングを支援していて、道具の揃え方や歩き方を教えている。月1回鶴見市場地域ケアプラザで、仲間と鶴見川を歩いていることを紹介している。その活動を通して人とのつながりをつくっている。

(進行役)

自ら広告塔をしている。ノルディックウォーキングという具体的なテーマがあって伝えている。ただ単につながろうよ、といっても気持ちが悪いですよ。具体的なもので人を集めてつながりをつくっている実践例でした。

子育て支援の視点で委員いかがでしょうか。

(委員)

乳幼児の一時預かりをしていてその立場として話をするなら、子育て世代で45歳位の母は高齢の祖母に子育てを手伝ってもらえず孤立している。横でつながっていないと、親の介護もしながら、子育てもする。子育てだけ、介護だけでなく両方が一体となって考えていかないといけない。もう一つは、虐待の問題も多い。それっぽい人がいたら「通報」となっているが、人とつながりがあれば密室で虐待とまらない。予防していかないといけない。何年前に鶴見区でも事件があったときに虐待予防の会議に参加したが、改めて鶴見区が先頭になって進めていただければと思っている。

(進行役)

ダブル介護も増えて来ていて、その人たちはより孤立しやすい。逆に仲間を増やしていったらひとつのつながりができて、それが虐待予防にもなっていくというお話だったと思います。

(委員)

介護者のつどいを中心に活動していて、現役の介護者、OB介護者の心のケアが主な内容となっている。健康づくりや地域のつながりというところでお話すると、おりづる会には7人の世話役がいるが、ケアプラザや事業所、個人で実施している介護者のつどいや認知症カフェを手分けして支援している。それが、横のつながりの一つにはなっているのではないかと思う。つどいやカフェは鶴見区で約20か所あり、8月も1か所増える。まだあるかもしれない。そこではストレス解消の面で健康に寄与しており、1人で悩まないで、という部分でつながりをつくっている。

(進行役)

認知症カフェはどんな人がいるのか。特に縛りはないのか。

(委員)

カフェをやろうとする人はそれぞれ何を主としてやっていこうかみんな悩んでいる。でもやってみないと分からないので、スタートしてみて何が必要か考えてやっている。ご本人と一緒に介護者が参加してみたり、興味がある人や介護を卒業した人で行っているカフェもあれば、ケアプラザ主体、事業所によるケアラズカフェもあります。

(進行役)

色々な支援をする人というのか、様々な種類のものがあるという話でした。そういうところでも運動の取組みはあるか。

(委員)

悩みを言い合うことが主。健康でこんなことができたらいね、という話しはある。

(進行役)

カフェの中で取り組める運動もあるかもしれないですね。スポーツ推進委員ということで委員どうでしょうか。

(委員)

駒岡地域ケアプラザで週1回ポッチャを障害者向けスポーツとして実施している。上末吉地区では総合型スポーツを立ち上げて月1回グランドゴルフを行っている。近隣3地区で集まって65人位参加していて、やりたい人が増えているが、できるグランドも多くないので、今後増えていくともっと場所も必要になってくる。

(進行役)

障害者向けスポーツも取り組んでいるというお話だったと思います。地域の中で数%運動する人が増加すると地域全体の健康度が上がるというデータもあります。運動している人をみると、自分もやってみようと思うからかもしれません。健康づくりの活動は、参加している人だけでなく、地域全体の健康度にもつながっていくということになっていきます。色々なカフェでも誰かが運動するとそこから巻き込まれて、また何か新たな取組みにつながっていく可能性も探っていけるかなと思います。では、保健活動推進員の委員いかがでしょうか。

(委員)

保健活動推進員は地域住民が明るく楽しく過ごせるように様々な活動をしてい

る。生麦第2地区では毎月第3月曜と火曜に2か所でひざ痛予防体操を実施している。そこでは平成24年からはひざひざワックン体操を実施している。あわせて、ラジオ体操や健康体操、地域ケアプラザの保健師による健康講座も行っている。また、認知症の啓発活動として寸劇と人形劇を自治会、保育園、大学生、で毎年実施しています。育児教室では、子育て支援の活動として月1回5か所の教室を保健活動推進員や主任児童委員と実施している。だんだん参加者が少なくなってきたが、それでも新しく転居した人は友達がいなくて喜んでいるので少人数でもやっていった方がいいと言っている。クリスマス会では参加者が3倍になる。やっているのを知っているから来てくれると思うので良いことだなと思っている。今年も多数の活動を頑張りたい。

(進行役)

子育てのことから認知症の啓発まで幅広い活動をされている。先程話があった引っ越してきた人が孤立しやすいつながりのチャンスがないということに対して、このような活動を続けていくと、新しい人がつながりを求めてくる良いチャンスになる。このような定例で同じことをきちんと続けていくことが大切という話だった。

(委員)

鶴見養護学校があるので障害者が卒業生も多くて毎年増えてきています。イベントをやると人が集まることになり、本人、家族、ボランティアと様々な話がでて、活気があって、情報が自然と耳に入るので準備は大変だが、やっぱり人が集まることをするのは良いことと思う。手伝ってくれる人は元気な高齢者が多い。親も元気。家に帰ると介護もあって自分も年なんだけど、と言いつつも明日も頑張らなきゃいけないという勢いでやっている。今は親である自分達も年を取ってきたという話は以前より多くなった。みんな色々な情報を欲しくて、集まって食事をしたり、保護者会にでたりというのが活力というか、元気の源となっている。

(進行役)

障害をもつお子さんを育ててきた親御さんが、お子さんも卒業をし、親御さんもそれなりの年となってきた、色々なステージの中で、その時、その時に必要な情報があって、それを交換できる仲間がいるから元気にやっていける。そのようなつながりの中で、障害のある人は仲間がいて案外元気でいられるのではないかと。あわせて、孤立している人達が色々なところに出ていくためには、色々な人がいっぱい集まる中に、車いすのある人など様々な状況の人でも集まれるような活気がある場所を設ける必要があるのではないかと。そのことで、人と人とがつながっていくのではないかと。

(委員)

下末吉地区で気がついたことを報告したい。この地区には高低差があり、高齢者は交流するのが大変で、来れない地形でもある。民生委員だけではどうしようもなく、町会、地域一緒になってやっている。今は2つの活動拠点があって、一つは町会会館を活用した体操をやる場所。2つ目は保育園の部屋をかりて月2回集まって裁縫などの趣味活動や軽い体操等を行っている。その他にマンションの会議室を借りてやろうと検討している。そんな中で日々の活動としては、高齢者にできるだけ外に出てくれと話しかける。人との出会いが大切だから、一歩でも二歩でも出ようと言うと納得してくれるが、集まりに行ってみただけ合わなかったという人もいる。外に活発に出てくる人もいれば、一緒に行くからと行っても1~2回で続かない人もいて悩んでいる。民生委員が20人いるが訪問時に出るようにと伝えたり、健康

診断が無料になったことも声かけしている。また、今は場所がないのも悩み。もう少しできる場所が増えれば高齢者が積極的に外に出てこれるかなと思う。ラジオ体操も人が減って3月で中止になったので心配している。

(進行役)

信頼できる人が誘うと何回か行ってみようかなということになるという話でもあったと思います。地道な声かけやつながりが実を結んだり困ったら相談しようということにもなる。ラジオ体操は港南区や南区の事例だが、ラジオ体操をしている人がとても増えている所もあるが場所によってどうか。

(委員)

私の地区では毎朝30人近くラジオ体操で人が集まっている。

(進行役)

ラジオ体操も一つの鍵となるかもしれない。南区の蒔田公園では車で来る人もいる。今までの話を振り返ると、定例でやることの大切さと場所がやっぱり必要だよということで、そのあたりも良い方法がみつければいい。高知市のいきいき100歳体操は先駆的な取り組みで、自治会館、自宅やガレージでやってたりする。横浜は場所がネックとなるがこれからも考えていかなければいけない。

(委員)

先程ダブルケアの話もしたが、今の母親は30代半ばが平均。40代もいて介護している人も多くいる。総じて身近に頼る実家もなく、手伝ってくれる人が全くいないと思って間違いない世の中になったかなと思う。子育て支援がなぜ必要かというのは、虐待予防が一番大きい。鶴見区は件数が多いので、どう防いだらよいか。母も若い世代だから出来て当たり前と思われているが、子どもが生まれて喜びと戸惑いもあり、自由を奪われ、体力的にも大変。さらっと上手くできて、子育てサロンにバンバンいく母親もいるし、そうでない母親も多い。何が必要かという「場所」だと思う。ちょっと悩みを話せる場、小さな悩みが大きくなならない場をもてること。

あとは、母親同士のつながりが子育てを助ける。でも、若い世代といっても20代~40代と幅があったり、仕事をしている人、していない人もいる中で、なかなかつながりも難しい。そもそも、若い世代はコミュニケーションがだんだん苦手になっていて、つながりが作りづらい世代が地域にどんどん出てくる。何かきっかけを作って、外に出ておいでと言ってくれるのが大事なのかとおもうが、それを担う世代の人も今は仕事をしているので見つけるのが大変かもしれない。

子育ての母は若くて元気なので、たまたま赤ちゃん抱えているから手が無くてできないだけで、とにかく場所さえあれば後は母でやってみてと言えればけっこう動くのではないかなと思うのだけど、場を作る力もつながる力も落ちてきていて、どうやったら親自身の力を発揮してもらえるのかと思っている。

また、子育ての母の健康も心配。健康診断に行っているのか。自分の子供を預ける場所もなく行けていないのでは。乳幼児健診でも下の子を預けないと、と数時間のことでもものすごく悩んでいる。つながりがあって助けてもらえればと思う。

親のつながりもそうだが、まず子育ての関係機関がつながることも大切と思い、今年度子育て支援ネットワーク会議を開催しようと思っている。順次皆さんにもご挨拶に伺おうと思っているのでよろしくお願ひしたい。

(進行役)

子どもの預け先がなく、自分の健康にまで気が回らないくらい大変な人がいる。

その人を支える人、つなぐ人というのが必要かというお話でした。

また、今までの「子育て」「障害」などキーワードに上手く引っかからない人もいて、それはどんな人なんだろうかというのを考えていくのももしかしたら今後のテーマかもしれないと感じました。

(委員)

精神疾患をもつ家族としてのつながりがある。今までの話を聞いて、子どもの病気の話で悩むばかりでなく、病気は本人が抱えているが、家族の健康も第一に考えても良いのかもと感じた。とにかく休む暇がない。せめて朝のラジオ体操ぐらいしていきたい。つながりを持つといっても、どうしても個人に固まってしまう。唯一のつながりは病気をもつ家族同士のつながり。最近は色々と打ち明けてくれる人も増えているが、若い人ではオープンでなく、抱えている人が多い。なるべく勉強会なども開催してやるが、身体を動かすことより、頭をうごかすことが多くて悩みがいっぱい。特にメディアでも精神障害者のことが色々な形で話題になっていることがあってそういうことが何とかできないのかなど。あるいは、病気治す道が発見できればと思っている。これからは悩みの言い合いだけではなくて、身体を動かすこともいいのでは。

(進行役)

色々な介護者のつどいがあるが、気分を変えて身体を動かしてみようというのもまた違ったつながりとか、家族の健康になり、ひいては介護が必要な人の健康にもなるのかもしれない。

(委員)

鶴見区内には9ヶケアプラザありまして、ケアプラザでやっていることは皆さんを繋げることが支援といえる。矢向地区は線路で10か所以上分断されている。健康なうちはケアプラザまで来るけれど、少し足が悪くなるとケアプラザにたどり着けず閉じこもる。そのため、歩いていける距離につながりをもてるのが大事だと感じている。町内会館など数人でも小さくてもいいので地道に長く集えることを支援していきたいと思っており、地域ケア会議でもそのようなことを話題にしながら話を進めている。また、昨年あいねっと地区フォーラムを開催し、いつも顔を合わせない別分野の地域活動をする方々を集めたら大変盛り上がった。普段は「障害」「高齢」「子ども」という別々の集まりはあるのですが、なかなか縦のつながりができなかったため、子ども、障害、高齢、と分けずに各々の課題を出し合いながら、そんなこともあるのかと言合える場があるのがとても大事なかなと感じた。

(進行役)

それでは、ここで今までの議論をまとめていきたいと思います。

- ①歩いていける場所、各々の人がアクセスしやすい場所につながれる場があること。
- ②定例的に、長く続けていけること。
- ③どこで、何を、いつしているのか、情報があることでつながれる。情報をもつことによって新しい人にもつながるチャンスをもってもらえる。
- ④つながりづらい人も身近な信頼できる人達や各支援分野で活動している人達がつなげていくことが現実的にできること。またその他の取組もあるかもしれない。
- ⑤人のつながりは、身近なつながり、縦のつながり、横のつながり、ごちゃまぜのつながりがあり、色々なつながりのタイプを考えてもいい。それを具体的にこれからどう組み立てていくかが一つのテーマになっていくのではないか。

以上のことをまとめとして、議論を終えたいと思います。それでは、次の議題に

移りたいと思いますので、事務局の方でよろしく願いいたします。

- (4) 平成 29 年度推進フォーラム振り返りについて（説明：区社協事務局次長）
※DVDで、29 年度の鶴見・あいねっと推進フォーラムの概要を振り返り
※資料 5-1（29 年度推進フォーラムのアンケート結果）を説明
※資料 5-2（『つるみあいねっとの花を咲かそう』報告書）を説明

- (5) 平成 30 年度推進フォーラムについて
※資料 6（30 年度推進フォーラム概要（案））の説明（説明：区社協事務局次長）

（進行役）

昨年度の推進フォーラムの企画に携わった委員から感想など、いかがでしょうか。

（委員）

前年度は事例の候補はたくさんあった。今年はだめだったところも是非と思う。認知症カフェはみんな工夫している。見守り活動をしている団体もある。今回の企画もたくさんの意見が出てくると思う。

（進行役）

事例はたくさんあるが、事例を出したいけど人に伝えることが心配など隠れている大事な活動がある。もしかしたらその人達が発表でなくて、編集や発表を支援しても良いかもしれない。伝えたい人が伝えるのでなくて、伝えにくい活動の良い要素を拾い上げて伝えていくことは案外大事なこともかもしれません。

その他、今年度のフォーラムでクローズアップしたほうがよいことなどあればご意見を伺いたい。

（委員）

昨年矢向地区のとちのきっずの発表も最初はできるかしらというところがあったが、事務局で少し手助けするだけで、団体だけで堂々と発表できた。声かけなど少しのきっかけがあるとできるのではと思った。昨年の事例発表、講演会、休み時間の体操、それぞれ良かった。

（進行役）

今のように色々織り交ぜてもやってもよいと思いました。今日は具体的なテーマやイベント等については、この場で決めることは難しいと思うので、事務局と企画委員で内容を詰めていくことになるかと思います。あわせて、テーマについても意見がありましたら、事務局の方に伝えて頂ければと思います。

- (6) 30 年度の推進委員からの企画委員（2 名）の選出（説明：区社協事務局長）
※資料 7（30 年度推進フォーラム企画について）の説明

（進行役）

企画委員をしてみたい方、推進したい方はおりますでしょうか。事務局としての推薦はありますでしょうか。

(区社協事務局長)

- ・ 1人目は、昨年度の経験を生かして、おりづる会の代表の川合委員に今年度も継続してもらいたいと考えている。
- ・ 2人目は、子育て分野よりわっくんひろばの施設長の富樫委員にお願いしたいと考えている。

⇒承認

(進行役)

今回のテーマでもあった「健康」には人と人とのつながりが大切ということで、あいねっと全体の話になっていったかと思えます。本日のことをこれからの活動や、フォーラムにつなげてもらえればと思います。

(7) その他

(進行役)

その他として事務局から情報提供があるということですのでお伝えください。

つるみ・地域元気づくり事業について(説明:事業企画担当係長)

※資料8(つるみ・地域元気づくり事業平成30年度補助金交付団体について)をもとに説明。対象団体の追加募集の締め切りが今週末となっている。

特定健診自己負担額無料に関するチラシの案内について(説明:事業企画担当係長)

(進行役)

各委員からなにか情報提供がありますか。

(委員)

交通ルールを守ろうということを伝えたい。前回話題にした総持寺近辺の歩道橋の自転車走行禁止について、チラシなど対応してもらえたので良かった。現在もまだ子ども乗せの自転車等ができていないところもある。仕方がない部分もあるかとも思っている。まずは、すぐに対応してもらえたことにお礼を言いたかった。

6 閉会

(進行役)

それでは、他になければこれで終わりにしたいと思います。

(委員長)

熱心なご討議ありがとうございます。本日の推進委員会はこれにて閉会致します。ありがとうございます。