第1章 金沢ささえあいプラン（第4期金沢区地域福祉保健計画）とは

1　金沢ささえあいプランってなあに？

（1）計画の目的

金沢ささえあいプランは、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らせるまちを目指して、地域の皆さんと関係機関、区役所等が協働して取り組むための金沢区地域福祉保健計画です。

（2）計画の構成

横浜市の地域福祉保健計画は、市計画、18区の区計画及び地区別計画で構成されています。区計画である金沢ささえあいプランは、区域計画と地区別計画からなり、一体的に推進しています。

市計画

横浜市地域福祉保健計画

基本理念や市としての方向性を示すことにより、区計画の推進を支援する計画

区計画

金沢ささえあいプラン

区域計画

区の方向性を示し、区全体に共通する課題解決や地区別計画の活動の支援に向けて区役所・区社協※1・地域ケアプラザ※2が連携しながら取り組むための計画

地区別計画

生活の中で感じている困りごと等に対して、地域の方々が主体となって取り組むための計画

社会福祉法第107条に、地域福祉の推進に関する事項を定める「市町村地域福祉計画」が位置づけられています。

※1　金沢区社会福祉協議会（区社協）とは

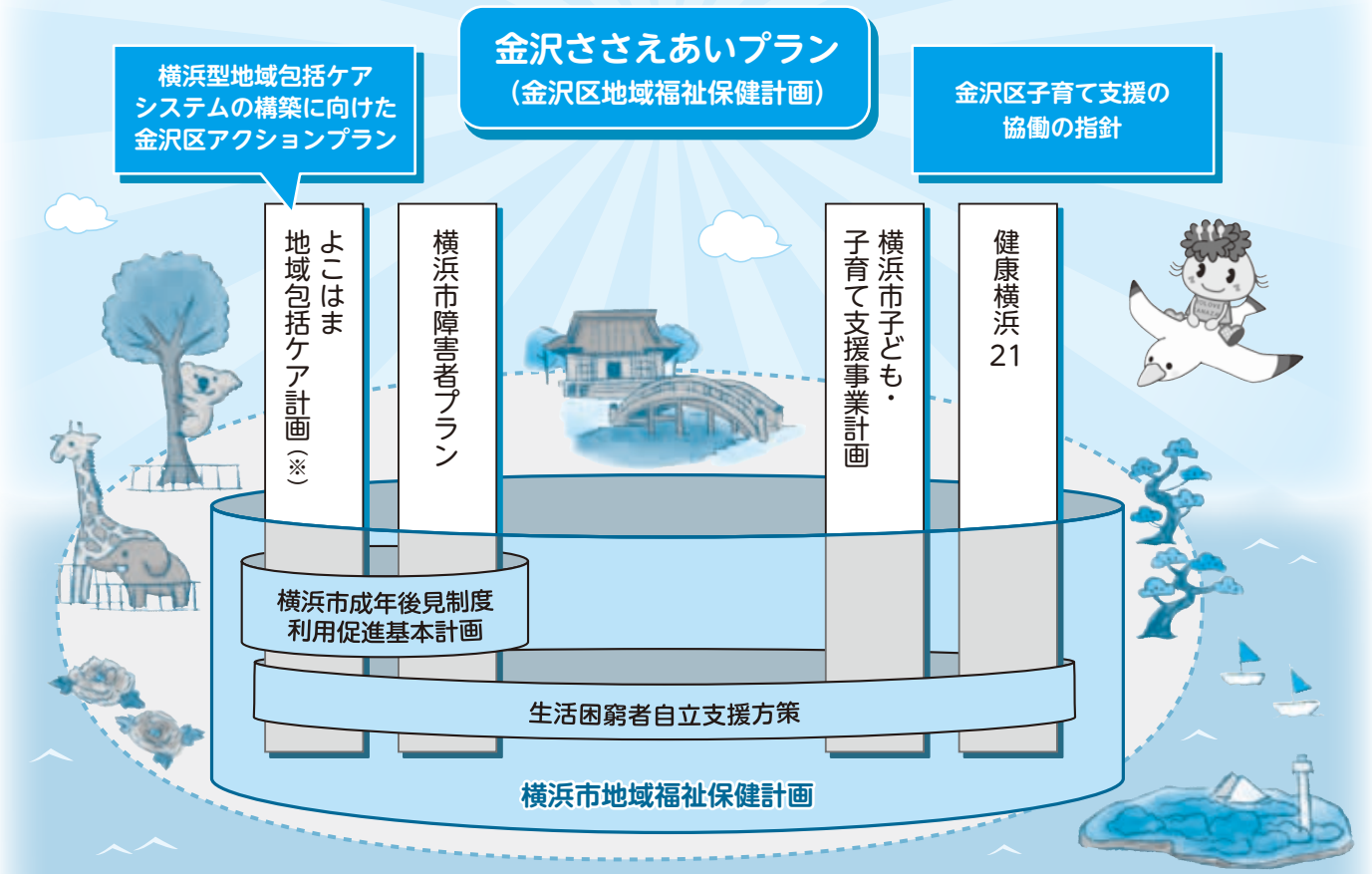
社会福祉法第109条にもとづき、地域福祉の推進を図ることを目的とする団体です。地域住民や社会福祉関係者等が会員として関わり、その協力を得ながら活動を進めることが特徴です。民間としての「自主性」と、広く住民や社会福祉関係者に支えられる「公共性」という2つの側面を併せ持った組織です。

※2　地域ケアプラザとは

誰もが地域で安心して暮らせるよう、身近な福祉・保健の拠点として様々な取組を行っている横浜市独自の施設です。詳細は25ページをご覧ください。

（3）他分野の計画との関係性

横浜市では高齢者・障害者・子ども・保健分野で法律を根拠とした分野別計画を策定していますが、地域福祉保健計画は各分野別計画の方向性をとらえ、横断的な仕組みづくりの役割を果たします。



（※）横浜市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画・認知症施策推進計画の3つの計画を合わせて「よこはま地域包括ケア計画」として位置づけています。

（4）計画期間

第4期計画は令和3年度から7年度までの5年間を対象とする計画です。

本来は令和2年度中に策定予定でしたが、新型コロナウイルス感染症の影響で必要な話し合いが十分にできなかったため策定を1年延ばしました。

令和3年度は計画の策定とともに、盛り込む内容を先取りした取組を地域の皆さんと関係機関、区役所等で進めています。

	H8～17	H18～22	H23～27	H28～R2	R3～R7	R8～
区役所		第1期 地域福祉保健計画	第2期 地域福祉保健計画（一体的に推進）	第3期 地域福祉保健計画	第4期 地域福祉保健計画	第5期 地域福祉保健計画
区社協	第1次 地域福祉活動計画	第2次 地域福祉活動計画				

第2期計画からは区社協が作成する地域福祉活動計画と一体的に策定・推進しています

2　第3期計画の振り返り

(1) 主な取組と成果

第3期計画では、「誰もが安心して健やかに住み続けられる支えあいのまちづくり」を基本理念とし、3つの重点テーマを掲げて取組を進めました。

1　身近な知りあいを増やし安心の輪を拡大

- 多世代交流イベントの開催、地域・子ども食堂、地域サロン等の居場所づくり等、身近な地域で知りあいを増やす取組が、各地域で行われました
- 認知症や障害理解のための福祉教育や啓発活動が、学校や地域で行われました
- ひとり暮らし高齢者の安否確認や関係機関と連携した見守り活動が行われました

2　みんなで健康づくりに取り組みいきいきとしたまちへ

- 身近な場所での健康づくりや介護予防の場が増え、仲間づくりにもつながりました
- 様々な機会や媒体を通じて健康づくりに役立つ情報が発信されました

3　『得意』や『経験』をいかしてわたしもあなたも地域も元気に

- ボランティアや地域活動に参加するためのきっかけとなる講座や研修会等が行われました
- ちょっとした生活の困りごとを、住民がボランティアとして支援する取組が広がってきました

(2) 第4期計画へ引き継がれる課題

暮らしを取り巻く背景等の変化も踏まえて検討を進めました。詳しいデータは第5章「金沢ささえあいプランの背景（61ページ～）」をご覧ください。

◆様々な背景を持つ方への理解と支援が届く仕組みづくり

- 少子高齢化や核家族化等の社会状況の変化により、介護や育児の孤立化、SOSの声を挙げにくい背景（5ページ参照）等、生活に困りごとを抱える方たちが増加しています。
- 年齢や性別、障害や国籍の違い等価値観も多様化しており、様々な背景を持つ方への理解を深める必要があります。

◆地域の取組に携わる人を増やす

- 支援を必要とする方が増える一方で、活動団体の7割以上が担い手不足に悩んでいます。

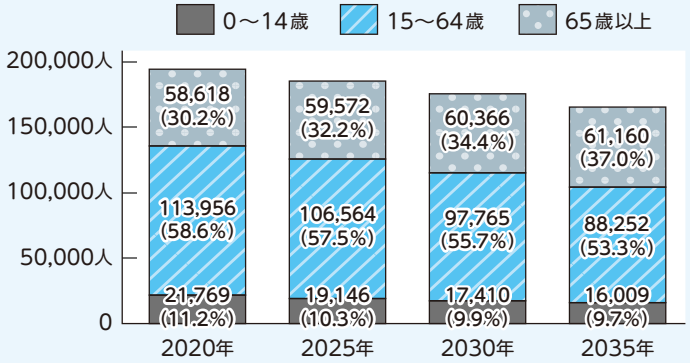
◆「支えあいのまちづくり」の必要性や地域の活動周知

- 支えあいのまちづくりを目指して地域で様々な取組が行われていますが、計画や取組を知らない方が多い状況です。

10年後 更にその先の金沢区は…

少子高齢化が更に進むため、誰もがいきいきと住み続けられるよう、地域でのつながり・支えあいや取組に携わる人を増やしていく必要があります。

金沢区の年齢別将来人口推計



出典：横浜市将来人口推計

（3）地域や関係機関の皆さんから出た意見

1 地区推進連絡会（60ページ参照）で出された主な意見

- 地域の人に活動や取組をもっと知ってもらいたい
- 少子化だからこそ親子が参加できる行事や場は大事、若い方に地域の活動に参加してほしい
- 地域活動の担い手が高齢化している、次の担い手につながる取組が必要

2 地域福祉保健計画推進委員会（60ページ参照）で出された主な意見

- 困っている方自身がSOSの声を挙げられ、それを受け止められるような地域づくりが大切
- 誰もが生活しやすい環境について、誰もが発信していけるとよい
- 子どもの頃からの福祉や人権の教育、地域の行事への参加を通じて、将来のボランティアにつながるような、『きっかけ』を広げていく取組が必要
- ボランティアに興味がある人が、もっと気軽に参加できるような仕組みや取組があるとよい
- 障害のある方がもっと地域に出ていけるようになる取組が必要

3 支援機関等へのヒアリングから

- **中途障害者地域活動センター「ライブアップ金沢」**
  地域での緩やかな見守りと、何かあったときに連絡をもらえるような関係を地域と築けたら…
- **金沢区地域子育て支援拠点「とことこ」**
  金沢区は地域サロンが他区と比べて充実している、今後は各地域に積極的に出向いて連携していけたら…

SOSの声を挙げにくい背景には何があるの？

地域には様々な背景を抱えている方が生活をしていますが、以下の背景等により病気や障害の有無に関わらず困っていることに気づきにくい、困っていると声を挙げにくい方が近年増えています。

- **いわゆる8050・7040（はちまるごーまる・ななまるよんまる）問題**
  80（70）代の親と50（40）代の子どもの組合せによる経済的な困窮や社会的孤立（ひきこもり）等の生活問題
- **ヤングケアラー**
  本来は大人が担うとされている家事や世話等を日常的に行っている18歳未満の子ども
- **ダブルケア**
  子育てと親等の介護が同時期に発生している状態

- **生活困窮**
  様々な事情により経済的に困窮し、最低限度の生活を維持することができなくなるおそれのある状態
- **セルフ・ネグレクト**
  病気や地域からの孤立等を背景として、健康状態や生活環境が悪化していても適切な医療や介護サービスを望まず、周囲に助けを求めない状態

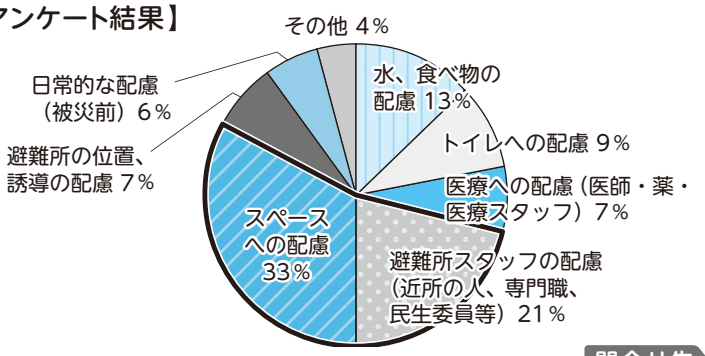
金沢ささえあいプランでは個人に寄り添いながら潜在的な課題に対しても目を向けて、関係機関が連携しながら解決の糸口を一緒に考えていきます。

障害児・者から聴かれた声（災害時への備え）

金沢区障害者自立支援協議会※3では、金沢区内にある障害福祉事業所や精神科デイケアを利用している障害児・者とそのご家族に「大きな災害への備え」を尋ねるアンケートを実施し、488人の方から回答を得ました。「具体的にどのような支援や配慮があれば、避難場所が利用しやすくなりますか？」という質問には、「スペースや避難所スタッフの配慮」があれば利用しやすくなる、という回答が半数以上となっています。

災害等でも地域で暮らす障害者が安心して生活を送れるよう、地域防災拠点等において障害理解・啓発を目的とした出前講座を行っています。

【アンケート結果】



出前講座の様子

問合せ先 「障害者支援担当」72ページ参照

※3　障害者自立支援協議会とは

障害者が地域で安心して生活するために「人と人をつなぎ、地域の課題を地域で共有し、解決に向け地域で協働する場」が障害者自立支援協議会です。障害福祉に関わる支援者のみに限らず、保健、医療、教育、就労、当事者、地域に住む方等、障害者の地域生活に関わる多様な方々で構成されています。

コラム　地域生活支援拠点整備事業について

障害児・者の重度化、高齢化や「親の亡き後」を見据え、居住支援のための機能（相談、緊急時の受入れ・対応、体験の機会・場、専門的人材の確保・養成、地域の体制づくり）を持つ場や体制の整備を行う事業です。地域の実情に応じた創意工夫のもと、障害児・者の生活を地域全体で支えるサービス提供体制を構築することを目指しています。

【具体的な取組】

①緊急時に迅速・確実な相談支援を実施できる体制づくりを考えます。

②施設や親元等から、グループホームやひとり暮らし等へ生活の場の移行に対するハードルが下がるよう、体験の機会の提供等を通じ障害者の地域生活を支援します。

問合せ先 「障害者支援担当」72ページ参照

【障害の表記について】

障害という言葉については「障がい」や「障碍」の表記もあり、当事者・関係者の間に多様な意見があります。本計画の策定の過程（66ページ参照）でも「表記を変更して欲しい」「表記は関係なく相手を理解する姿勢が大切」等の議論がありました。

本計画（区域計画）においては、「障害者を取り巻く社会の側に壁があることにより、日常生活や社会生活を送ることに支障がある」という考え方に基づき、「障害」という表記を使用しています。社会の障害や障壁を解消できるよう、その人らしさを認め合いながら共に生きる社会の実現を目指していきます。

コロナ禍で見えてきた課題と新たな生活様式の中での地域活動

令和元年度末からの新型コロナウイルスの感染拡大により、人と人とが距離を取り接触を控える等の行動や活動の自粛・抑制が求められ、顔の見える関係づくりやふれあいを基盤とした活動が休止となった結果、孤立を感じる人が増えました。また収入が減り、経済的に困窮している人の存在も明らかになりました。

しかし、このような状況下だからこそ、身近な地域の中でのつながりと支えあいを大切にしたいという思いで、新たな生活様式の中での地域活動が進められています。

【事例紹介】

見守り、つながりを絶やさないために

- ひとり暮らし高齢者へ、電話による状況確認や玄関先で距離を保っての訪問活動
- 密を避けるため少人数による開催や入替制の導入、活動内容の変更等を工夫した地域サロン等の再開

密を避けたレコード観賞会

健康を保つために

- 自宅でもできる体操等の紹介
- ベランダでのラジオ体操
- 屋内の健康づくりから屋外でできるウォーキングへ活動内容の転換
- イスに座ってできる体操等の工夫
- 充分な換気、机や物品等の消毒

ベランダから参加のラジオ体操

みんなで力を合わせて

- 会場を使う団体に対して感染防止対策の説明会の開催や会場へのルール掲示
- コロナ禍で活動ができない地域の活動団体に対して情報共有の場を設ける等の支援

SNSやインターネットを活用した新たな情報発信・交流

- SNSやインターネットを活用した会議の開催や健康づくりの情報発信、子育て相談等
- web会議アプリを活用した多世代交流やサロンの開催

生活困窮者への支援

- アルバイトができず生活に苦慮しているひとり暮らし等の学生や、ひとり親世帯等を対象に、大学や民生委員児童委員協議会等の関係機関と連携した食の支援

学生への食の支援

3　金沢ささえあいプラン（第4期計画）の考え方

（1）基本理念の継承

第3期計画の基本理念を引き継ぎ、「誰もが安心して健やかに住み続けられる支えあいのまちづくり」を目指して、これまでに積み重ねてきた活動が更に発展するように取り組んでいきます。

（2）推進の3つの柱

これまでの取組を引き継ぎつつ、3つの推進の柱に沿って取組を進めていきます。

「柱1」では、多世代が知りあう場づくり等を通じた「身近な知りあいを増やす取組」から一歩踏み込み、**一人ひとりの違いや個性を理解し、普段の生活の中での見守り・助けあい、支援が届く仕組みづくりを拡充**します。

「柱2」では、区全体の課題となっている、**地域活動の担い手不足に対する取組を拡充**し、取組に携わる人を増やしていきます。

「柱3」では、健康づくりでもこれまでの取組に加えて、自主活動の担い手の発掘・育成により、地域の人材づくりにもつながる取組を進めていきます。

更にあらゆる手段・手法を活用して地域の活動等の**情報発信をより一層進め**ていきます。

【第3期計画】

1 身近な知りあいを増やし安心の輪を拡大

推進目標　・多世代が知りあう場づくり
・日常生活の中で多様な見守りや助けあいを推進する仕組みづくり

2 みんなで健康づくりに取り組み いきいきとしたまちへ

推進目標　みんなで取り組む楽しい活動をとおした健康づくり

3「得意」や「経験」をいかして わたしもあなたも地域も元気に

推進目標　誰もが活躍できる場やきっかけを通じたいきいきと暮らせる地域づくり

拡充

継続

拡充

【第4期計画】

1 誰もがお互いを尊重し 共に支えあう地域へ

推進目標　多様性を理解し日常生活の中での見守りや助けあいを推進

2 誰もが活躍できる場や きっかけが広がる

推進目標　地域で活動したい気持ちを育む・つなげる

3 みんなで健康づくりに取り組み いきいきとしたまちへ

推進目標　地域の健康づくり活動の充実

全てにおいて情報発信が必要だね!!

地域の情報は掲示板や回覧板の他に、
ホームページやSNSでも発信されています
金沢区役所のTwitterもぜひ見てください

金沢区役所Twitter

（3）取組の進め方

金沢ささえあいプランは地域の皆さんと関係機関、区役所等のみんなが協力して進めていきます。「一人ひとりができること（自助）」「地域で協力してできること（共助）」「区役所・区社協・地域ケアプラザができること（公助）」を関連させながら、みんなで安心して健やかに住み続けられる金沢区を目指します。

なぜ地域で支えあうの？

地域で生活する方の背景や価値観が多様化しており、誰もが住み慣れた地域で安心して生活をしていくためには公的サービスに加えて、人と人とのつながりを基本としたちょっとした「支えあい」や緩やかな「見守り」の重要性が増しています。

また、地域で暮らしている中で支援が必要と思われる方であっても、できることがあります。例えば、移動する際のサポートがあれば沢山の知識や経験を発揮できる方、話すことは苦手でも写真撮影が得意な方、歌や絵が上手な子どもたち、スマホやSNSが得意な学生等その方にとっては何気ない日常のことでも誰かにとっては喜ばれることは意外と多いものです。

自分にできるちょっとしたこと（ささえ）が
たくさん増えると支えあいになるね