第３章

計画の推進

1　計画推進のための重点取組

（1）計画推進の　“２本の柱”

第２期計画の５年間は、地域での自助・共助の力を高め、行政と自治会町内会や地区社会福祉協議会・民生委員児童委員協議会などの関係機関等が力を合わせて「中区みんなで小さなおせっかい運動」を展開しました。また、身近なあいさつ運動などを通して各地域で見守り・支えあいを進める空気の醸成に努めました。

一方、少子高齢化の一層の進展や「リーマンショック」に代表されるような社会経済情勢の悪化などの状況の中で、多くの方々から、

見守りの対象となる高齢者が増え、担い手が足りなくなっている

担い手自身が高齢化し、新たな担い手も増えずに固定化している

といった指摘がありました。また、賃貸の集合住宅の増加などにより地域社会でのつながりが希薄化し、活動そのものの継続が難しくなっているとの声も数多く寄せられています。そのため、増え続ける高齢者の見守りのニーズにどう応えていくべきなのかが重要なテーマです。

もちろん地域における「見守り」は、高齢者のみを対象としたものではありません。地域全体で子育てを支援していくという取組や「登下校時のあいさつ運動」「子育てサロン」などの活動によるこどもの見守り、災害時要援護者支援の取組などによる、平常時からの障害のある方の見守り、さらには交通安全運動や防犯、防災・減災の取組による地域全体の見守り活動など、幅広い取組をすべて含んだものとして捉える必要があります。

ア　計画推進の“２本の柱”その１　中なかいいネ！で“えん”結び！

中区では、「地域の見守り・支えあいの仕組みづくり」を取り上げ、その方向性を、人と人との「つながり」をキーワードとし、「計画推進の“２本の柱”」の一つ目を、「中なかいいネ！で“えん”結び！」というフレーズで設定しました。

＜計画推進の“２本の柱”＞

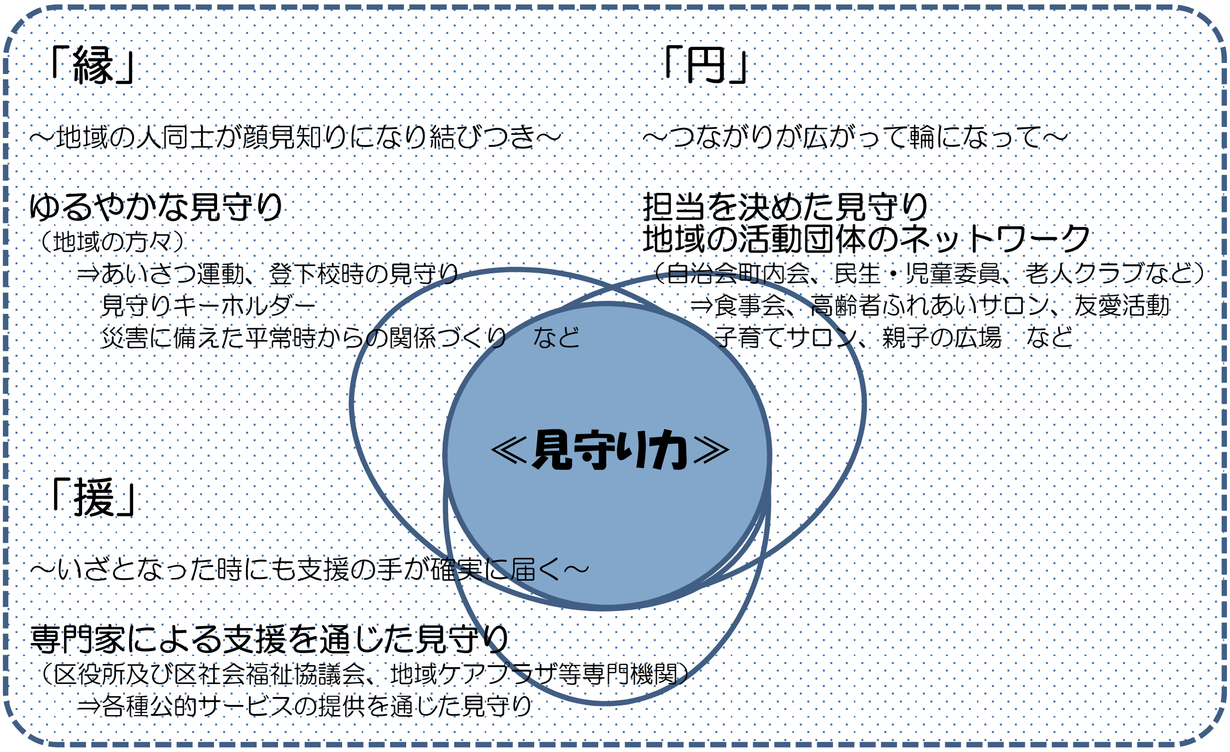
その１　中なかいいネ！　で“えん”結び！

【中区は地域の「見守り力」を高めます】

中区では	縁（えん）	地域の人同士が顔見知りになり結びつき
	円（えん）	つながりが広がって輪になって
	援（えん）	いざとなった時に支援の手が確実に届く

ように取り組んで、地域の見守り力を高めます！

また、“えん”という言葉を３つの異なる漢字によって表現することで、様々な担い手による様々な取組を表現することとしました。



○　縁　　～ゆるやかな見守り

まず、「縁」という漢字を充てることにより、「人と人とのつながり、結びつき」をイメージし、地域のすべての人が担い手となって、「できるときに、できることを」する取組を表現しました。例えば、「あいさつ運動」や「登下校時の見守り」、「日頃からの近所づきあい」、「災害に備えた平常時からの関係づくり」などの取組であり、いわば「ゆるやかな見守り」という考え方です。

また、「縁」という漢字では、人間は社会交流や社会参加など関係性の中で生きている、ひとりきりで生きている人はいないということも表現しています。一人ひとりの住民が、また、中区に通勤・通学してくるすべての人が、そうした「人」と「人」との「縁」を意識し、ほんの小さなことでも、何らかの形で地域に関わることが期待されます。

○　円　　～担当を決めた見守り、地域の活動団体のネットワーク

次に、「円」という漢字では、個々のつながりづくりをさらに進めて、つながりの輪を形作っていく、「ネットワーク化」の考え方を表現しました。例えば一人暮らし高齢者の見守り活動では、地区の自治会町内会や民生委員児童委員協議会、老人クラブなどの活動団体がそれぞれの取組として「定期訪問」や「食事会」、「サロン活動」、「友愛活動」などを行っていますが、さらに、それぞれの活動団体同士がつながり、協力しあうことによって、取組がより効果的なものになっていくことが期待されます。そのような「ネットワーク化」を進めていくためには、情報共有や活動の見える化などを進めることにより、相互の信頼関係を作っていく必要があります。

○　援　　～専門家による支援を通じた見守り

３つめの“えん”は、「援」という漢字を充てました。これは、地域住民相互の助けあい、いわゆる「共助」の取組のみでは対応できない課題に対応して、区や区社会福祉協議会、地域ケアプラザや各種の社会福祉施設・事業所によって行われる専門機関による支援をイメージしたものです。地域での「つながり」を大切にしたゆるやかな見守りから専門機関などによる支援を通じた見守りまで、住民・地域団体・民間事業者・行政等が連携し、立場や世代を超えて取り組む必要があります。

イ　計画推進の“２本の柱”　その２　中なかいいネ！で元気いっぱい！

26年度に策定した「中期４か年計画」では、未来のまちづくり戦略の一つとして、「『あらゆる人が力を発揮できるまちづくり』戦略」の中で、「370万人の健康づくり」を進めています。また、25年には、「第２期健康横浜２１」を策定し、「10年間にわたり健康寿命を延ばします。」という基本目標を設定しました。

健康寿命という観点で中区の状況をみると、23年では男性は18区中最下位、女性でも17位となっており、この分野での取組を強力に進めていく必要があります。

そこで、「中区民の健康づくり」をもう一つの「計画推進の“２本の柱”」として設定しました。さらに、「健康づくり」を「からだの健康」や「こころの健康」の側面だけでなく、「まちの健康」という面も併せて取り組んでいくことで、防災・防犯や環境美化に関する様々な活動を含め、安全・安心のまちづくりを進めていくこととしました。

<計画推進の“２本の柱”>

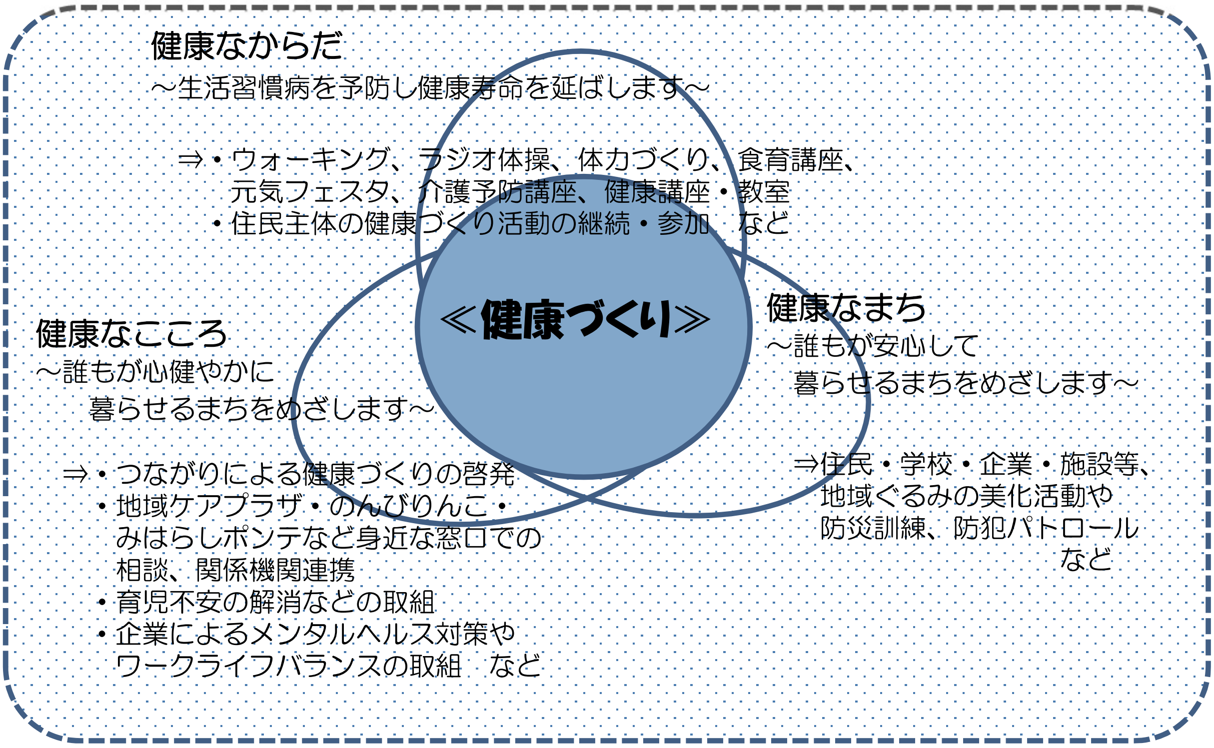
その２　中なかいいネ！　で元気いっぱい！

【中区はまちぐるみで「健康づくり」をめざします】

中区では

健康なからだ	生活習慣病を予防し健康寿命を延ばします
健康なこころ	誰もが心健やかに暮らせるまちをめざします
健康なまち	誰もが安心して暮らせるまちをめざします

を目標に取り組みます！



○　健康なからだ　～生活習慣病を予防し健康寿命を延ばします

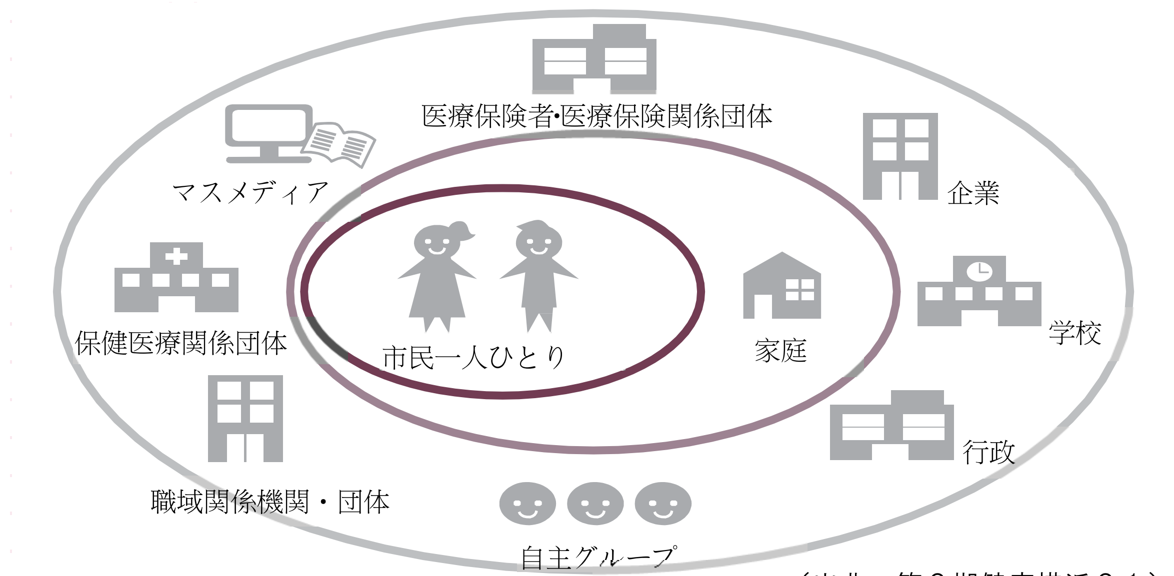
「健康なからだ」の項目では、生活習慣病予防を進めるため、健康増進の基本要素である「食生活」「歯・口腔」「喫煙・飲酒」「運動」「休養・こころ」の５つの分野について、区民一人ひとり、そして関係機関や団体がともに取り組んでいくことを目指しています。特に区民にとって取り組みやすい項目として、ラジオ体操やウォーキングなどの普及を進めていきます。

○　健康なこころ　～誰もが心健やかに暮らせるまちをめざします

また、「健康なこころ」の項目では、様々な悩みを持つ方が、人と人とのつながりを契機に少しでも心やすらかに暮らし続けることができるよう精神保健相談や生活教室、介護者のつどいなどの取組を進めます。

取組にあたっては、「お互いさま」「地域の力」「住民の底力」ともあらわされる「ソーシャル・キャピタル」の考え方により、誰かとつながることで、一人ひとりが健康になれるように、様々な機会を通じて、「つながりによる健康づくり」の大切さについて啓発を進めていきます。

こうした健康づくりの取組を進めていくにあたっては、行政のみならず、学校や企業、保健医療関係団体などの力が不可欠です。そこで、中区では、次のとおり「第２期健康横浜２１」の考え方に準拠して、関係機関とともに取組を進めます。

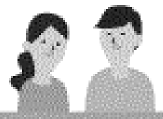


（出典：第２期健康横浜２１）

特に、中区医師会、中区歯科医師会、中区薬剤師会をはじめとした保健医療団体の協力は不可欠です。

「第２期健康横浜２１」では、育ち・学びの世代、働き・子育て世代、稔(みのり)りの世代という３つのライフステージに分類したうえで、それぞれの世代に応じた行動目標を設定することにより、健康づくりの取組をより実行しやすい形で提示しています。その中で、保健医療団体には、区民一人ひとりが必要な取組を行うことができるよう、「専門的な知識や技術を活かして」支援するという役割が求められます。医師、歯科医師、薬剤師などの医療関係者と福祉サービス関係職員などが連携して、いつまでも住み慣れた地域で暮らし続けられるための医療・介護を提供していくことが重要です。そのため区では、関係者がお互いに顔の見える関係づくりを進めます。

（出典：第２期健康横浜２１）

<table>
<tr><th colspan="2">行動目標</th><th>
育ち・学びの世代
（乳幼児期～青年期）</th><th>
働き・子育て世代
（成人期）</th><th>
稔りの世代
（高齢期）</th></tr>
<tr><td rowspan="6">生活習慣の改善</td><td>食生活</td><td>３食しっかり食べる</td><td colspan="2">野菜たっぷり・塩分控えめ
バランスよく食べる</td></tr>
<tr><td rowspan="2">歯・口腔</td><td rowspan="2">しっかり噛んで食後は歯磨き</td><td></td><td>「口から食べる」を維持する</td></tr>
<tr><td colspan="2">定期的に歯のチェック</td></tr>
<tr><td>喫煙・飲酒</td><td>受動喫煙を避ける</td><td colspan="2">禁煙にチャレンジ
お酒は適量</td></tr>
<tr><td>運動</td><td>毎日楽しくからだを動かす</td><td>あと 1,000 歩、歩く
定期的に運動する</td><td>歩く・外出する</td></tr>
<tr><td>休養・こころ</td><td>早寝・早起き</td><td colspan="2">睡眠とってしっかり休養</td></tr>
<tr><td colspan="2">生活習慣病の重症化予防</td><td></td><td colspan="2">定期的にがん検診を受ける
１年に１回特定健診を受ける</td></tr>
</table>

中区医師会、歯科医師会を中心とした医療機関には、区役所が行う乳幼児健康診査（４か月、１歳６か月、３歳）に協力を得ています。また、妊娠から出産、子育てと切れ目のない支援を提供するため、妊婦健診や通常の診療時に、気になる妊婦や親子がいる場合には、区役所に連絡し、区役所が早期に家庭訪問等を実施しています。

「**生活習慣の改善**」の取組では、区民だけなく、区内の企業の従業員の健康づくりも視野に入れてきました。区民には、個別相談や講座を実施していますが、今後は企業との連携も重視していきます。企業自らが従業員のこころとからだの健康増進に取り組めるよう、今後も区役所の保健師、栄養士等が企業や業界団体に出向き、ニーズや健康課題を鑑みながら、講座開催や相談対応をしていきます。

「**食生活**」の分野では、食育の推進に、より一層取り組んでいきます。ライフステージごとの課題を意識した取組を、区民や地域・企業・食生活等改善推進員等の団体と協働して推進していきます。さらには、保健医療団体の協力を得て、医療機関での受診や薬局での投薬などの機会をとらえて、食生活の大切さを伝えることにより、「ＡＤＬ（日常生活動作能力）」の維持のみでなく、「ＱＯＬ（生活の質）」を高めるための啓発を行っていきます。

「歯・口腔」の健康については、中区歯科医師会の協力のもと、歯周疾患の講演会や障害者への歯科検診や訪問歯科診療などを実施しています。今後は、障害児・者の日常生活を支える支援者への啓発も進めていきます。歯や口腔のケアは、疾病予防と重症化の防止、健康状態の維持に有効です。区民一人ひとりに、すべてのライフステージで歯や口腔の健康を維持し、「自分の口から食べられる生活」を続けることの重要性を伝えていきます。

「喫煙・飲酒」の分野では、喫煙率の低下や受動喫煙を受けない環境づくりが重要です。また、多くの患者が未受診といわれるＣＯＰＤ（慢性閉塞性肺疾患）の早期発見・早期治療につなげることが必要です。そのため、禁煙外来の周知や禁煙支援薬局での取組の促進など、保健医療団体の協力を得て、区民の健康づくりの取組を進めていきます。また、飲酒の「適正摂取」についての啓発を進めるとともに、地域においてＮＰＯ法人などが行っているアルコール依存症対策の活動を支援します。

「運動」を進める取組については、「ウォーキング」や「ラジオ体操」の有効性を伝えていくとともに、地域での活動に対する支援を行います。また、様々な既存のイベントの中でラジオ体操を取り込んでもらえるよう、働きかけていきます。

「休養・こころ」の分野では、「睡眠」の重要性を区民一人ひとりに伝えていくための啓発の取組を進めます。睡眠不足や睡眠障害は個人の生活に影響を与えるのみならず、生活習慣病のリスクを高める可能性があります。逆に、十分な睡眠は心身の疲労回復を図り、こころの健康を保つためにも重要です。

健康寿命の延伸をめざした「生活習慣病の重症化予防」の取組では、特定健診及びがん検診の受診を促進しています。区役所を会場とした肺、胃がん検診をはじめ、区内の医療機関の協力を得て、各がん検診（肺、胃、子宮、乳、大腸、前立腺）を実施しています。中区は大腸がん検診受診率が18区中最下位（26年度）という状況を踏まえ、受診率の向上のため、分かりやすいチラシを作成し、元気フェスタや食育イベント等の健康づくりのイベントで周知啓発をしています。さらに、乳がん検診受診促進の啓発のため、神奈川県予防医学協会が事務局を務める「ピンクリボンかながわ」に協力していきます。

区役所では、ノロウイルスや腸管出血性大腸菌感染症（Ｏ１５７など）、結核等の感染症による健康危機管理も担っています。患者発生時はもとより、感染予防・拡大防止のため、区内の福祉施設や食事提供を伴う地域活動団体へも、正しい手洗いや消毒方法を啓発していきます。併せて、インフルエンザや肺炎球菌などの予防接種の有用性もお知らせして、接種を勧めていきます。

また、中区は結核の罹患率が高いという特徴があります（平成 26 年罹患率　中区 43.4、横浜市 15.6（人口 10 万対））。結核の流行していた時代（昭和２０年代頃）にこども時代を過ごした人は、知らないうちに結核菌に感染していることがあります。高齢期を迎え免疫力が低下してくると、そのときの結核菌が体の中で増え、発病する（治療が必要になる）ことがあります。そこで、結核を早期発見するため、医療機関や関係機関と連携し、検診を啓発するとともに、確実な治療を支援しています。また、長期にわたる服薬治療が確実になされるよう、医療機関、薬局や関係機関の協力を得て、服薬支援を行っています。今後も、医療機関等との連携を強化することで、結核患者のよりよい支援を行います。

地域包括ケアシステムを推進するための重点取組の一つとして、医療と介護の両方を必要とする高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けられるように、中区医師会とともに在宅医療連携拠点（中

区在宅医療相談室）が中心となって支援します。たとえば、医療（医師、看護師、歯科医師、薬剤師等）と介護（ケアマネジャー、訪問介護・通所介護等の事業所や施設など）の関係者がそれぞれの専門性を発揮しながら連携して支援できるよう、多職種連携の会議や勉強会を開催してつながりを深めるなどの取組を進めます。また、退院時にスムーズに在宅生活へと移行できるよう、中区医師会や中区歯科医師会、中区薬剤師会などと病院との連携（病診連携）を進めています。

さらに、どんな時でも安心して暮らし続けるため、災害時の医療を確保するための体制づくりにも、保健医療団体の協力を得て取り組んでいきます。災害時には、中区医師会から選任されている「災害医療アドバイザー」が、区と医療機関のつなぎ役として区災害対策本部においてアドバイスに当たるほか、医師、看護師、薬剤師等により編成する「医療救護隊」や歯科医師、歯科衛生士等による「巡回歯科診療チーム」が、各地域防災拠点を巡回し、軽症の治療を中心として医療の提供に当たります。

○　健康なまち　～誰もが安心して暮らせるまちをめざします

さらに、「からだ」、「こころ」のほか、「まちの健康」という考え方で、様々な取組を進めていくこととしました。防犯や防災・減災の取組や交通安全の取組などによるまちの安心安全を図る活動、まちの美化活動や環境にやさしいまちづくりの取組などにより、誰もが安心して暮らし続けることのできる環境整備を進めていきます。

これら“２本の柱”は、区全域計画における目標設定のみならず、地区別計画においても共通目標として設定するよう認識を共有し、中区全体で取組を進めていくこととしています。

（2）取組を支える　“3つの土台づくり”

２本の柱（重点取組課題）に続けて、区全域計画の存在意義である地域での活動を進めやすくするための「環境整備」とはどのようなことかを検討する必要があります。

25 年度に各地区で実施した地区別計画の「中間振り返り」の結果から、各地区において共通の課題として挙げられたのは、活動団体や担い手間のつながりによる取組の強化、情報共有や地域内での情報の伝達、人材の固定化・高齢化、といった課題でした（振り返りの分析結果は次ページの表のとおりです。）。

＜各地区の振り返り結果から　～今後に向けて＞

	今後に向けて	取組の方向性
第１北部	△お互いの活動を知る機会が少ない ・活動の参加者の減少 ○担い手の不足	・活動メンバーが定期的に集まる場づくり ・情報共有・アイディアを出し合う
第１中部	◇活動団体同士の連携、情報共有	・活動一覧表作成（見える化） ・担い手や団体の連携 ・既存の活動や拠点の活用方法の検討
関内	・マンション住民、自治会町内会未加入者の参加が少ない △多くの人に情報を伝えたり、活動に参加してもらいたい ○担い手の育成にもつなげたい	・今ある活動や担い手からつながる人を増やす ・企業や商店街と手をつなぐ ・推進会議に新メンバーを加える ・活動の周知強化
埋地	△地域の活動やイベント・防災情報等をみんなに伝える	・推進会議や懇談会への参加を町内に呼びかける ・活動の仲間を増やす方法を考える
寿	◇○ゆめ会議の場以外でも情報収集・検討を進めていくグループが必要	
石川打越	△新しい住民に活動を知ってもらいたい △地域の活動を知らない人が多い ○担い手がいつも同じ人	・コミュニケーション、声掛けの継続 ・イベントカレンダーの充実 ・イベントを通じた担い手育成
第２	・若い人や新住民の参加者を増やす ◇○地域で顔の見える関係づくり	・新住民や親子が参加しやすい機会づくり ・若い人に任せるなど活動方法の工夫 ・自治会町内会と連携した次世代の担い手育成
第３	・少子高齢化が進み地域の福祉保健活動が広がらない ○参加者、担い手ともに増えない △情報が生かせていない	・プログラムの工夫 ・効果的に伝える方法を考える ・こどもを巻き込む ・地域の団体同士の協力
第４南部	○担い手が固定化している	・自治会町内会の力を活用 ・地域活動を通じた人材発掘 ・部会同士の連携
第４北部	○若い人の参加を促し担い手を増やす	・中高年向けの魅力ある健康づくり活動 ・地域のふるさと意識を高め次世代育成
本牧・根岸	◇○日頃から地域の人とのつながりを増やす必要がある	・こどもたちや学校を活動に巻き込む ・情報発信の工夫
第６	△イベントカレンダーの更なる充実 ・ふれあいまつりへの参加	・みはらしポンテの活用
新本牧	・一部の人のごみ収集への理解が低い ○担い手が高齢化している	・担い手の確保、人材を活かした活動強化 ・小中学生の参加促進

◇・・・つながり、連携　　△・・・情報　　○・・・担い手・人材

そこで、これらの課題に対応していくための環境整備を、「取組推進の土台づくり」と捉え直したうえで、「３つの“土台づくり”」として整理しました。また、より具体的にイメージするキーワードとして、「交流」「情報」「人財」の３つの要素として表現することとしました。

なお、整理された課題以外にも、例えば活動への参加者の減少や福祉保健活動の広がりなどを課題に挙げた地区もありました。中区では、３つの土台を中心としつつも、それらの個別の課題に対してもきめ細かに対応していきます。

○ 交　　流

現在の中区においては、核家族化の進展や賃貸の集合住宅の増加などにより、地域の中での人間関係の希薄化が大きな課題となっています。かつては家族を中心に、隣近所とのつながりなど、いわゆる「親密圏」における人間関係を前提として地域社会が成り立っており、そこにはおのずと「支えあい」「助けあい」などの行為が行われていました。こうした関係性が希薄になってしまった現代社会においては、家庭という最もくつろげるプライベートな親密性の高い空間から、その家庭の中の生活課題を小地域の共通課題として解決の方途を探る公共空間性を持たせた取組を展開することが地域福祉保健計画の取組ということができます。

そして、この考え方を平易な言葉に置き換え、人と人との「交流」を、取組を進めるべき土台づくりの一つとして位置付けることとしました。

また、人と人のみでなく、地域の中での様々な活動をもつなぐ取組として整理しました。

☆　交流　　地域の様々なネットワークを強くします
----　地域活動と広域活動をつなぐ仕組みをつくります

○ 情　　報

行政や関係機関は様々な施策や事業により、個別の課題を抱えた方への支援や地域の活動に対する支援を行っていますが、それらの取組は、果たして区民にきちんと届いているでしょうか。また、地域の中での少数者の声も含めて、行政や関係機関は地域のニーズをきちんと把握できているでしょうか。「中間振り返り」及び「グループインタビュー」の結果から、行政や関係機関と地域との間では、必ずしも情報がうまく伝わっていないことが改めて指摘されています。

また、地域住民同士の間でも、情報の共有が必要だと感じている方が多いようです。

そこで、土台づくりのひとつを、「情報」という言葉で表現しました。

☆　情報　　地域が必要とする情報が共有できるようにします
----　担い手を支援する情報共有の仕組みをつくります

○ 人　　財

地域活動を活発化するためには、担い手を増やしていく取組を行政や関係機関が支援することが急務です。

そのためには、現在の担い手を中心に、その周辺の方々が徐々に活動に参加できるような場を設定する必要があります。その際重要なのは、その人の資産や能力・経歴などに関わらず、その持つ現在の力を発揮し、地域の一員として役割があることをお互いに認めあうことです。いわば、地域の中でお互いに「承認」することを進めていくことが重要です。地域には、その人の持つ力に応じて、誰でもが活躍する場がたくさんあります。また、地域には様々な居場所があります。

言い換えれば、区民一人ひとりが地域社会の中で様々な関係を持ちながら生活しており、その関係性そのものに価値があります。人を大切にし、人を基本として取り組んでいく「中なかいいネ！」の根幹をなすものです。

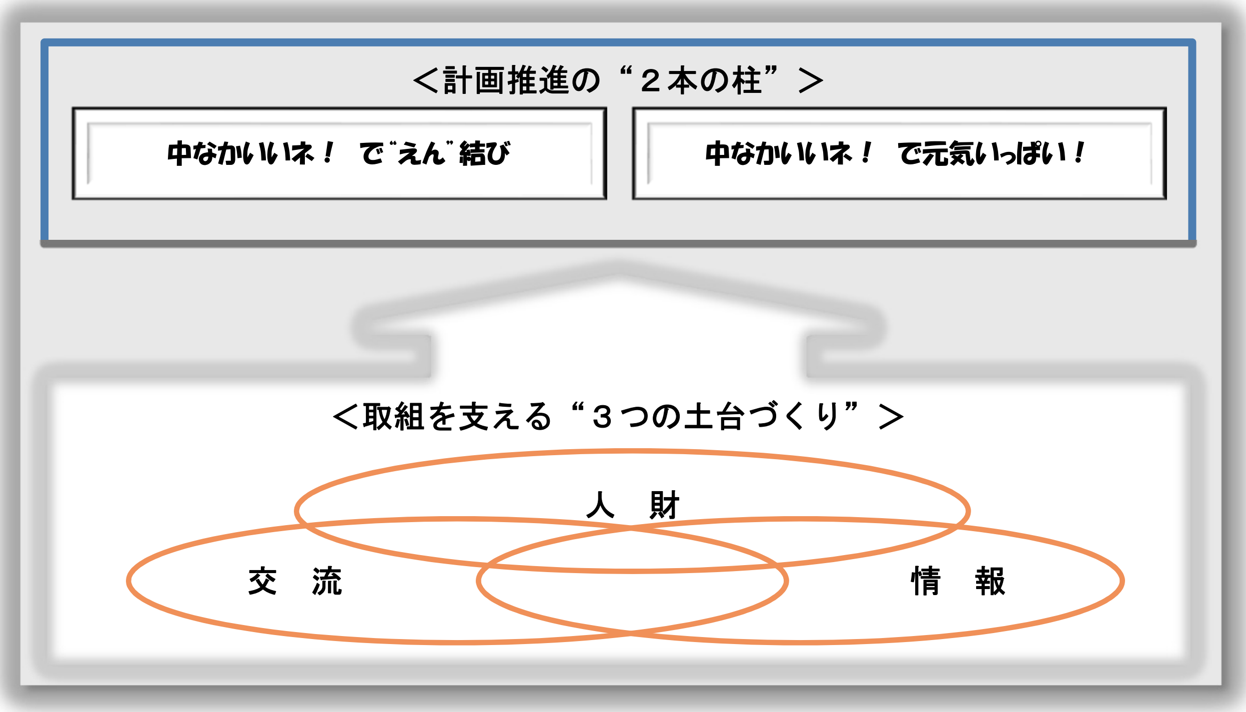
この「承認」のプロセスを後押しすること、これが行政や関係機関に求められる土台づくりの

最大のテーマといってもよいかもしれません。「人材」こそが地域の「宝」であるという気持ちを込めて「人財」という言葉で表現しました。

中区では、中区に住んでいる方、通勤通学等で中区に来る方、全ての方に地域に「参加」していただきたいと考えています。

> **☆　人財**　　<u>中区の人材・資源を活かした取組を進めます</u>
> ----　次代を見据えた人材の発掘・育成を行います

これらの検討結果を図に表わすと、次のようになります。



中区医師会の取組

横浜市中区は、関内、伊勢佐木、本牧の三地区を有するため、夜間人口より昼間人口が遥かに多く、歴史的にも、外国籍の居住の割合が、住民の10%を越え、所謂、国際都市、横浜の中心地にあり、国別数では、50ヶ国を越える方々が、医療施設を利用されています。

勤務医と診療所の医師とが、互いに協力して、第一次、第二次医療、高度医療を分担することが、この地域の医療を円滑に行うために大切です。

勤務医の方々にも、医師会の役員として参加して頂き、また有床の病院持ち回りで、症例検討会や講演会等を頻回に開催し、病院と診療所の連携と融和を図り、また医師自らの研修に遭遇しています。

医師会員は、自らの所属する医療だけでなく、夜間急病センター、休日急患診療所の当直や、福祉保健センター（旧保健所）の主催する健康相談、予防接種、講演会への協力、或いは、学校医、幼稚園医、地域ケアプラザの協力医、介護認定審査会の委員として、地域医療の重責を任っています。

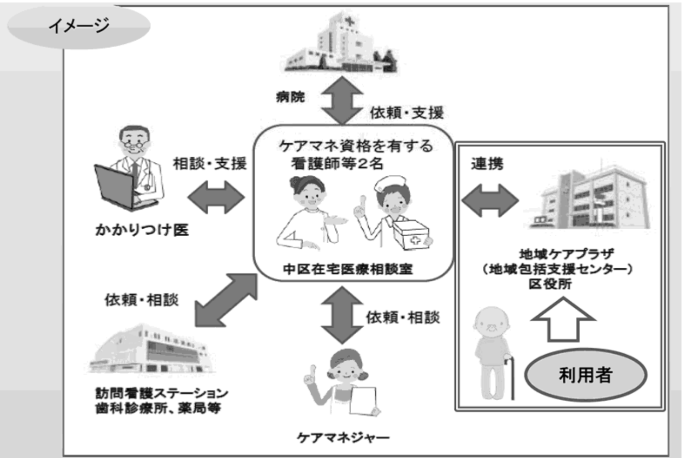
老齢人口が多いことに鑑み、医療センター訪問看護ステーション、ヘルパーステーション、居宅支援センターを開設しており、区医師会としては、最大級のスタッフにて対応し、質の高い介護の実践を目指しています。

地域医療は、医師会員の努力だけでは、充分その主旨が達成できませんので、是非、地域の皆様の協力の下、ご一緒に歩を進めてまいりたいと願っております。

（中区医師会ホームページより抜粋）

中区医師会の具体的な取組の例

在宅医療相談室　～地域包括ケアの実現に向けて



多くの方が、病気を抱えても住み慣れた家等で療養し、自分らしい生活を続けたいと望んでいます。そのためには、医療・介護の連携が必要です。

市民の皆様が安心して、継続的な在宅医療・介護を受けることができるように、医師会と横浜市で在宅医療支援のため新たな取組を始めました。

医療機関での多言語対応の取組

中区には様々な国の人々が暮らしているため、医師も様々な言語に対応できるよう準備をしておくことが必要です。中区医師会には、19 か国語に対応できる医師がいますので、電話やＦＡＸで連絡を取り合うことで、症状や患者さんの訴えを伝え、適切な処置につなげることができます。時には電話越しに患者さんと会話をしてもらうなど、常に安心感をもって医療を受けていただくことをめざしています。

災害時の医療体制確保

災害時にも継続的に必要な医療を提供できるよう、中区医師会では、災害発生後、極力早期に診療所等を開設することとしています。これにより日頃からのかかりつけ医療機関で医療を提供することができます。また、災害発生直後には区の災害対策本部に「災害医療アドバイザー」を派遣し、区と医師会のパイプ役として医療体制を確保するための調整にあたります。

さらに、区からの要請に基づき、医師、看護師、薬剤師等で編成する医療救護隊に参加し、区内 13 か所の地域防災拠点を巡回して軽症を中心とした治療をおこなうほか、必要に応じて災害拠点病院などとの連携にあたります。

このように、様々な方法で関係機関と連携して、災害があっても医療が受けられるよう、取り組んでいます。

地域での医療関連講座などへの協力

地域の皆さんが安心して暮らし続けられるよう、知っておいていただきたい医療関連の知識をお伝えしたり、皆さんの健康増進のお手伝いをするような講座に参加させていただいたり、身近な地域で頼れる専門家としての役割を果たしていきたいと考えています。例えば地域ケアプラザの主催する講座での講師や、イベントにおける健康チェックなど、現在でも様々な取組を行っています。自治会町内会などで講座をやりたい、などのご要望があれば、ぜひご相談ください。

中区歯科医師会の取組

歯科医師の責務は、「健康寿命」を「平均寿命」に近づけるよう、多くの歯を残し、しっかりと口から食べることにより「健康寿命」を延ばすこと、歯を失った方に対しては、入れ歯等でしっかり噛めるようにすること、さらに要介護の方々には、歯科治療を通して自分の口から食べられる人生を送っていただくことでQOL（生活の質）やADL（日常活動動作能力）を支えること、と考えています。つまり歯科医療は、“食べる”“話す”等、『日々の生きる力を支える生活の医療』です。

「健康寿命」を延ばすには、全身の疾病に対する抵抗力を向上させ、疾病リスクを減らしていく必要があります。運動・栄養・休養を中心とした健康増進の取り組みを進め、生活習慣病の重症化や要介護の原因となる疾患を予防することが重要です。具体的には喫煙、高血圧、運動不足、飲酒、肥満、食塩の高摂取などによる危険因子の改善を進めることです。現在では、歯と口腔の健康が全身の疾病予防と重症化防止、全身の健康状態の保持に有効であるといわれています。

歯科医師会は、これからも、乳幼児期から高齢期までの各ライフステージで適切な歯科医療を提供し、最後まで自分の口からおいしいものを食べられるように、支援します。

（横浜市歯科医師会ホームページより抜粋）

中区歯科医師会の具体的な取組の例

医・歯・薬の連携

○在宅医療拠点づくり

2025年（平成37年）には、いわゆる「団塊の世代」が75歳以上となり、社会の高齢化がより一層深刻になることが予想されます。そのためにも、様々な医療・介護関係者が連携し、地域包括ケアシステムの構築を進めていく必要があります。中でも特に医師・看護師や薬剤師などの医療関係者と歯科医師が緊密に連携し、支援が必要な人が安心して在宅生活を続けられるよう適切な医療サービスを提供することが重要です。歯科医師会では、訪問歯科診療や口腔ケア指導を通じて、高齢者のＱＯＬを高める取組を続けていきます。

○がん・糖尿病などの治療にあたっての連携

各種のがんや糖尿病など日常生活の中での病状管理が重要な疾病に対して、医師のみでなく、歯科医師や薬剤師が連携して患者さんによりそい、治療効果を高めるための支援を行います。

<u>ライフステージに応じた歯科（口腔ケア）サービスの提供</u>

○乳幼児期～学齢期

福祉保健センターで行われる乳幼児健診における歯科健診を通じて、乳幼児の歯の成長を見守るとともに、歯磨きの習慣づけを行うなど必要なアドバイスを行います。また、かかりつけ歯科医師によるプロフェッショナルケアを適切に行うことも有効です。

さらに、学齢期は歯の入れ替わる大切な時期であり、学校歯科医師としての活動により、歯の健康や口腔ケアの重要性を伝えていきます。

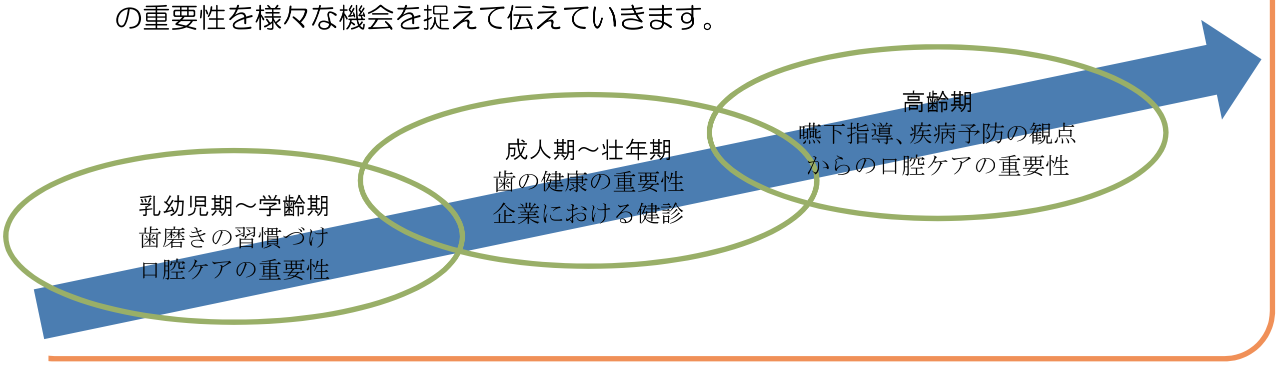
○成人期～壮年期

成人期は、仕事や家事など様々な社会生活の中で、歯磨きも含め口腔ケアを怠りがちになる時期でもあります。また、壮年期にかけては年齢を重ねるにつれて、歯周病などのリスクも高まり、健康な歯の維持が難しくなっていきます。この時期は働き盛りでもあり、歯科診療を受ける時間も取れずに、対応が遅くなりがちです。口腔ケアが疾病の予防や重症化の防止のためにも重要であることを伝えていきます。

○高齢期

身体機能全体が衰えてくる高齢期には、嚥下指導なども含めて丁寧な口腔ケアが必要です。かかりつけ歯科医師による定期的なチェックを受けるとともに、必要に応じて適切な診療を受けてください。

また、歯科医師会では、区役所や地域ケアプラザ、福祉事業所や施設と連携して、いつまでも自分の口から食事をとる大切さを伝えるとともに、疾病予防の観点からも口腔ケアの重要性を様々な機会を捉えて伝えていきます。



中区薬剤師会の取組

1858 年日本近代化への扉を開いた横浜の開港以来、横浜市中区は、行政・文化の中心地として発展してきました。現在では人口約１５万人の都市となっています。

我々の中区薬剤師会は８０余年の歴史を有し、明治時代より続く老舗薬局と新しい薬局が混在しているのが特徴です。正会員数 94 名、会長、３名の副会長、１４名の理事、役員で構成されています。

我々薬剤師は、その名の通り、薬の専門家として、薬局での調剤、一般用医薬品の販売を通して地域の住民の皆様に医薬品の適正使用や情報の提供、在宅医療、福祉、健康増進や公衆衛生の向上のために、様々な事業、活動を行っています。

また、学校薬剤師として、児童・生徒の学校での生活環境の維持、管理、薬物等の乱用防止教育等の活動も行っています。

このような活動を通して、地域のかかりつけ薬局・かかりつけ薬剤師として、皆様の医療・福祉に貢献できますように、日々、研修会等で自己研鑽に努めてまいります。これからも、中区薬剤師会へのご理解、ご支援よろしくお願いいたします。

（中区薬剤師会ホームページより抜粋）

中区薬剤師会の具体的な取組の例

薬剤師会活動

■地域の身近な存在

地域の皆様のかかりつけ薬局として、様々な相談をお受けし、アドバイスを行っています。

■学校薬剤師としての役割

保育所や幼稚園、小中学校、高等学校などへ学校薬剤師として勤務し、児童や生徒の保健衛生の向上や、薬物乱用防止活動に努めています。

■急病の時に

夜間急病センターや、休日診療所での調剤業務を担当しています。

■災害に際しての対応

中区内の８か所の薬局で災害時救急医薬品の備蓄を行っているほか、医療資材の管理などを実施しています。

■使用済針などの回収

インシュリンの自己注射や血糖測定、中心静脈栄養に使用した使用済みのシリンジや注射針、不要薬品などの回収を行っています。

■関連団体との連携

最新の情報や知識の習得を目的に、研修会の主催や参加、さらにより良い地域医療、福祉に寄与するために、行政や県薬剤師会、市薬剤師会、医師会、歯科医師会との連携を図っています。

「かかりつけ薬局」、「かかりつけ薬剤師」

「かかりつけ薬局」、「かかりつけ薬剤師」という言葉を耳にされた事があると思います。

「かかりつけ薬局」とは、地域の皆様自らが選んで継続的に利用している薬局。「かかりつけ薬局」をもつことにより、薬局における医薬品の供給に責任ある対応と薬の服用歴に基づく医薬品の適正使用を図ることができます。

また、「かかりつけ薬剤師」とは患者が信頼をおく薬剤師の事です。日常の健康相談、医療相談などにも対応することができます。かかりつけ医・かかりつけ歯科医などと連携して疾病予防、疾病管理、在宅医療を進めることができます。

処方せんを持って行けば、どの薬局でも薬を出してくれますが、顔なじみの薬剤師がいる「かかりつけ薬局」をもたれることをおすすめします。

社会の高齢化が進み、お年寄りが複数の慢性疾患を抱えて複数の医療機関に通院している場合などに、同じ薬が重複して処方されてしまうケース（重複投薬）などが増えていますが、かかりつけ薬局は地域の薬の交通整理を行い、こうしたケースの解消に役立ちます。

また、中区のほとんどの薬局は薬在宅医療に関わるための届出をしており、薬の管理やADL（日常生活動作）に応じた剤型・用法の工夫、主治医への連絡・連携、在宅介護にも積極的に関わりはじめています。

一方、厚生労働省の策定した国民健康づくり運動「健康日本21」第2次では、「健康を支え、守るための社会環境の整備」のための拠点の一つに、「地域住民の健康支援・相談対応等を行い、その旨を積極的に地域住民に周知している薬局」があげられています。薬局が地域において果たすべき役割はこのように幅広いものがあります。最も身近な医療提供施設として、また健康支援ステーションとして、かかりつけ薬局をぜひご活用ください。

２　計画の進め方

（１）誰もが自分らしく地域で暮らし、共に支えあう社会
　～ノーマライゼーション、ソーシャルインクルージョンの視点

地域福祉を推進する屋台骨として、２つの考え方が重要です。

一つ目はノーマライゼーションという考え方です。これは、1950年代にデンマークのバンク・ミケルセンによって提唱され、障害のある人も、他の市民と同様の市民生活を送れる社会こそがノーマルな社会であるという考え方です。地域福祉においても、まさにこの考え方が底流にあります。「４つのバリアフリー」のまちづくりが良い例です。

二つ目はソーシャルインクルージョンという考え方です。現代社会の福祉課題は、貧困・家庭内の虐待・孤独死・社会的ストレス・依存症など問題が複合化しています。これらの排除や摩擦・孤立から人々を守り、安心して地域社会で生きられるよう、社会の構成員として包み込む（インクルージョン）考え方です。地域社会の中に「つながり」を再構築していく地域福祉を進めるうえで重要な考え方です。

こうした、ノーマライゼーション、ソーシャルインクルージョンの考え方を大切な視点とし、多様な生き方・考え方があることを受け入れ、お互いに認め合うことが肝要です。困難な場面にある人を安易に自己責任という名で排除することなく、最初は細い糸かもしれませんが、地域のつながりを少しずつ太くしていくことが、地域福祉の実践だと考えます。

ノーマライゼーション：
障害のある人が障害のない人と同等に生活し活動できる生活条件（環境や制度）を作りだすこと。

ソーシャルインクルージョン：
「社会的包摂」などと訳され、どのような課題のある人たちも排除せずに社会の一員として包み込み、共に助け合って生きて行こうという考え方。

（出典：第３期横浜市地域福祉保健計画）

４つのバリアフリー：
「完全参加と平等」の実現に向けて政府が平成５年３月に策定した「障害者対策に関する新長期計画－全員参加の社会づくりをめざして－」の中で、障害のある人を取り巻く４つの障壁を指摘し、これらを除去し、バリアフリー社会の実現を目標として掲げています。

この、障害者を取り巻く４つの障壁とは、

１　物理的な障壁・・・歩道の段差、車いす使用者の通行を妨げる障害物、乗降口や出入口の段差等
２　制度的な障壁・・・障害があることを理由に資格・免許等の付与を制限する等
３　文化・情報面での障壁・・・音声案内、点字、手話通訳、字幕放送、分かりやすい表示の欠如など
４　意識上の障壁（心の壁）・・・心ない言葉や視線、障害者を庇護されるべき存在としてとらえる等

です。なお、近年では、設計段階からすべての人々が共通して利用できるようなものや環境を構想する「ユニバーサルデザイン」という考え方が提唱されています。

（出典：内閣府ホームページ）

（２）住民主体と協働による取組の推進の視点

地域の中の生活課題の解決には、住民の主体的参加が必要であり、言い換えれば、住民主体の地域福祉の展開が求められます。毎日の生活の中から生起する問題に対してどのような解決方法が最適なのか、どのような状況が解決した状態といえるのか、住民自身が一番熟知しています。地域福祉は、自主性・自律性・納得性・民主性等を備えた自治の取組であることを視野に計画を進めます。

地域における様々な生活課題を解決するには、その担い手として行政・住民・福祉事業者・ＮＰＯ法人・企業等多様な主体による「協働」の取組が重要です。それぞれの強みを活かし、またお互いの弱点を補いあうという視点で取り組む仕組みを構築します。

さらに、地域福祉を推進していくためには、協働の輪に多様な主体の参加が必要です。商店街や学校、消防団など地域の社会資源の参加を促し、課題解決に見合った主体を探しますが、見つからなかった場合は新たな社会資源を創造していくことも目指します。

中区における地域福祉保健計画の取組は、この協働の原則にのっとって区民と区・区社会福祉協議会・地域ケアプラザなどの関係機関が、共に取組を進めます。

＜協働推進指針より（抜粋）＞

（３）協働とその原則

この指針での協働とは、「公共的サービスを担う異なる主体が、地域課題や社会的な課題を解決するために、相乗効果をあげながら、新たな仕組みや事業を創りだしたり、取り組むこと」です。

もちろん新たな取組だけでなく、多様な主体が連携・協力して進めてきた既存の仕組みや事業についても協働の理念にのっとって実績を見直し、連携・協力関係を継続・発展させていくことが大切です。

協働の取組は、次の横浜コードの原則にのっとって進めます。

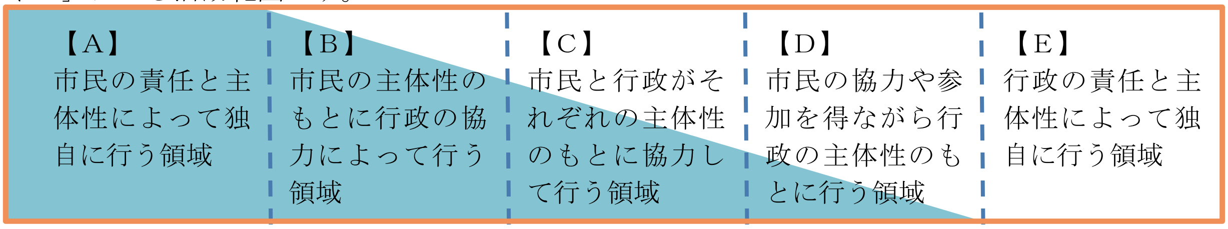
① 対等の原則（市民活動と行政は対等の立場にたつこと）
② 自主性尊重の原則（市民活動が自主的に行われることを尊重すること）
③ 自立化の原則（市民活動が自立化する方向で協働を進めること）
④ 相互理解の原則（市民活動と行政がそれぞれの長所、短所や立場を理解し合うこと）
⑤ 目的共有の原則（協働に関して市民活動と行政がその活動の全体または一部について目的を共有すること）
⑥ 公開の原則（市民活動と行政の基本的事項と関係が公開されていること）

この原則は、公共的サービスの担い手となる主体が、立場の違いを超えて対等なパートナーシップを築くための基本となる重要な原則です。

複雑化・多様化する課題に柔軟・迅速に対応するため、活発な市民活動と行政とが協働して公共的なサービスに取り組むことが求められています。自発性・自主性に基づく市民活動は、必要なところから、身近なところから、できるところから、どこからでも取り組むことができるのが特徴です。市民は、日々の暮らしの中や、地域との関係性の中で気づいた課題について、地域の中で解決していくこと、そして、行政は、広く公共性・客観性を持った視点や、これまで公共を担ってきた経験をいかし、市民とともに課題解決に取り組むことが求められています。

つまり、市民と行政とが、お互いによいところを持ち寄って、一緒に住みよいまちをつくっていこう、というのが「協働」です。

市民の活動と行政との関係には、多様なレベルがあり、単純化した図で表現すると下のように考えられます。このうち、【Ｂ】～【Ｄ】の市民と行政が協働で活動する領域こそが「中なかいいネ！」による活動範囲です。



生涯学習、地域スポーツ、ゆるやかな見守り など	ゴミの減量化、環境行動　など	担当を決めた見守り など	福祉保健専門機関による支援　など	生活保護など

（3）計画推進における区、区社会福祉協議会、地域ケアプラザの役割

計画推進の事務局である区、区社会福祉協議会、地域ケアプラザは、個別支援と併せて地域支援を進めていくという重要な責任があります。福祉保健の法制度等に基づいた市民生活のセーフティネットとしての役割を果たせるよう、利用者本位の総合的な福祉保健サービスを効果的に提供します。

また、次の３つの視点によって進める取組を相互に連動させ、循環させていきます。

○個別課題を地域で解決する視点

顕在化したニーズを把握し、既存のサービス等の活用のほか、住民同士の関わりや当事者同士の関わり、あるいは様々な活動団体・事業者等によるインフォーマルな協力を得るなど、地域のネットワークの力を借りて、地域での自立した生活を支えます。

○個別課題を地域課題化し解決の仕組みを開発する視点

個別課題が同じ地域に住む他の人にもつながる課題であり、地域の特性と絡んだ地域課題であることに着目し、課題解決に向けて動いていくことを支援するとともに、新たなサービス開発、施策化などにつなげていきます。

○地域福祉保健の土壌づくりの視点

地域の組織化や当事者の組織化、地域のつながりや支えあいの必要性を広く啓発し福祉保健に関する住民の理解を促進することなどを通じて、地域福祉保健を推進する土壌を築き、「個別の問題」を地域の問題として捉えていく意識を醸成します。

（出典：第３期区地域福祉保健計画策定・推進指針）

＜各機関の強みを活かした役割分担による地域支援＞

<table>
<tr><th></th><th>区</th><th>区社会福祉協議会</th><th>地域ケアプラザ</th></tr>
<tr><td rowspan="2">個別課題を地域で解決する視点</td><td colspan="3">個人・家族を支えるサポートネットワークづくり</td></tr>
<tr><td>○高齢者、障害者、こどもやひとり親家庭、生活保護世帯に関する福祉保健の相談支援
○支援メニューづくり</td><td>○ボランティアコーディネート（相談調整）事業、あんしんセンター事業、送迎サービス事業、生活福祉資金貸付事業　等</td><td>○地域包括支援センターにおける相談支援
○地域活動交流事業を通じた支援
○居宅介護支援や通所介護などの介護保険事業
○支援メニューづくり</td></tr>
<tr><td rowspan="2">個別課題を地域課題化し解決の仕組みを開発する視点</td><td colspan="3">・地区別の懇談会の開催
・区民との協働による計画策定・推進に向けたテーマ別の話し合い
・各々の持つ地区に関する情報を共有し地域のアセスメントを協働で進める
・地区に合った事業の展開・支援
・インフォーマルサービスの開発や先駆的活動の推進
・日常業務を通じて把握した各種統計データの提供、地域活動の情報提供、広報</td></tr>
<tr><td>○上記の共通の役割を推進するための調整の中心的役割
○地区担当制による連合町内会長等の地域役員との調整
○関係機関連携の体制整備
○地区別計画策定・推進の仕組みづくり
○区域の地域ケア会議、区自立支援協議会、区児童虐待防止連絡会、子育て支援ネットワークなどを通じた課題の把握・対応検討
○区域での生活課題の情報収集、地域間や他区との比較分析
○地域のニーズや課題等について解決策を検討し、市としての事業化を局に提案
○区独自の補助金等の活用による住民の主体的活動の支援</td><td>○地区社会福祉協議会の活動支援（会長等との調整、研修の開催、地域団体との調整、活動の把握、情報提供）
○インフォーマルサービスの把握、情報提供
○助成金を通じた活動支援
○地域福祉保健活動人材の発掘・育成・組織化・コーディネート
○人材育成のノウハウ提供
○団体情報の蓄積、活用、団体間のネットワーク化
○区域での活動団体、地区をまたぐ活動団体の把握・支援・調整
○ＮＰＯ等の支援</td><td>○地域ケアプラザエリア内の身近な地域での関係機関・団体の役割調整
○地域資源の把握
○地域の活動支援
○活動場所の提供
○区域の取組と地域の取組の連動に関する課題提起
（地域包括支援センターと地域活動交流の部門間連携による地域課題の全体像の把握）
○地域における様々なネットワークの把握を通じた有機的・重層的なネットワークの構築
○代表が区計画推進の事務局として参画し、各地域ケアプラザで把握している地域課題等を伝達</td></tr>
<tr><td rowspan="2">福祉保健の土壌づくりの視点</td><td colspan="3">地域福祉保健に関する啓発の取組、事業実施</td></tr>
<tr><td>○民生委員児童委員、保健活動推進員、食生活等改善推進員（ヘルスメイト）、青少年指導員、スポーツ推進委員、認知症キャラバンメイトなどと連携した福祉保健の普及・啓発
○連合町内会長等の地域の役員の理解を深めるための働きかけ</td><td>○地区社会福祉協議会の組織運営・活動支援（会長等との調整、研修の開催、地域団体との調整、活動の把握、情報提供）
○インフォーマルサービスの把握、情報提供
○助成金を通じた地域における活動団体の把握や組織化
○地域福祉保健活動人材の発掘・育成・組織化
○地域を基盤とした福祉教育、福祉啓発事業を通じた学校・地域・団体の関係づくり</td><td>○地域活動交流の取組による地域づくりの取組
○地域活動団体の把握とネットワーク化
○地域福祉保健活動人材の発掘・育成</td></tr>
</table>

（出典：第３期区地域福祉保健計画策定・推進指針）