

つながるフェスタ 2023

報告書

開催日 令和5年12月20日（水）10：00～15：00

参加者 122名（アンケート配布数）

場所 戸塚区総合庁舎3階 多目的スペース

スタッフ 59名

（施設：41名 ボランティア：6名 社協職員：12名）

●開催の目的

- （1） 地域の方に施設の实情を伝え、身近な施設を利用してもらう機会とする。
- （2） 戸塚区、栄区が一丸となり、地域住民の暮らし（ライフステージ）の悩み、既存の制度やサービスでは対応できない狭間の問題などに、強みと専門性を生かし対応する。
- （3） 施設同士が交流することで、高齢・障がい・子どもなど分野を超えた連携の機会とする。

●トークコーナー

<午前の部>

介護老人保健施設 ケアポート・田谷

戸塚区生活支援センター

横浜市公田保育園、栄区地域子育て支援拠点にこりんく

横浜市笠間地域ケアプラザ

<午後の部>

特別養護老人ホーム 松みどりホーム

社会福祉法人クローバー

戸塚愛児園、横浜市汲沢保育園

東戸塚地域活動ホームひかり



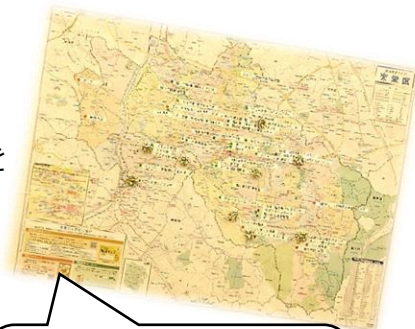
10 施設の施設長等が、MC からのインタビュー形式で概要を説明。参加者はとても熱心に聞いて、メモを取る姿も…！会場からの質問もたくさん出て、普段は聞けない施設の实情について地域の方へお伝えすることができました。

●相談コーナー



会場には施設の職員に直接相談できるコーナーを設け、5件の個別相談に対応しました。

高齢者施設と地域ケアプラザの職員が同時に対応するなど、相談者のニーズに応じて施設種別を超えたお話ができる場となりました。



施設の地図やチラシを掲示し、施設のPRができるよう工夫！

●コーヒーコーナー

栄区「俺のカフェ」、戸塚区「クローバー」の皆さんによる
おいしいコーヒーで良い匂いが漂う会場となりました♪



●共同募金コーナー

共同募金のキャラクター「戸塚しなのちゃん」「本郷さかえちゃん」も
参加者をお出迎えました！



当日の募金額は
8,498 円！

●参加者アンケートより…

- ・高齢者、障害者、子どもの3つのテーマについて簡潔にお話がきけて、とても良かったです。学びになりました。
- ・高齢者の為のカフェを月1回開催しているが、**老健施設の方をお呼びして勉強会として早速お願いしたい。**
- ・地域の拠点となる、社会福祉施設ですが**知っているようで知らないことが多いか**と思います。

今回、その様な素朴な疑問に応えてくれる「**つながるブック**」を大いに活用していきたいと思います。

- ・駅に近い区役所での開催で、来場する方にとっては助かると思います。

- ・**情報収集+個別の相談コーナーがあるのはとても良い**と思います。

- ・栄区と戸塚区で**共同しての開催はすばらしい**と思いました。



来場者には、戸塚区・栄区合わせて85件の
施設情報を掲載した「**つながるブック**」をプレゼントしました

●主催者コメント

＜戸塚区＞ **社会福祉法人と地域つながる連絡会**
社会福祉法人クローバー 所長 高橋 良壽

イベント後に、何人かの来場者とメールや電話のやり取りをしています。
すでに課題解決に至ったつながりもあります。あいさつ程度のつながり
でなく実態のあるつながりができたことを嬉しく思います。

＜栄区＞ **栄区社会福祉協議会 専門機関部会**
かさまの杜保育園 園長 榎 正晴

コロナ禍を乗り越え、垣根を乗り越え集った事業所と参加者の
皆様の温度がとても温かく、まさに栄区と戸塚区の「つながるフェ
スタ」でした！「つながるブック」と共にこの関係を育み、目の前の
人たちを知る努力と連携を続けていきたいですね。

●当日参加施設（順不同）

戸塚区	松みどりホーム	社会福祉法人クローバー	戸塚愛児園
	恒春の丘	戸塚区生活支援センター	戸塚区地域子育て支援拠点 とつとの芽
	ライフヒルズ舞岡苑	戸塚区基幹相談支援センター	横浜市汲沢保育園
	リアメゾン戸塚	東戸塚地域活動ホームひかり	東戸塚地域ケアプラザ
	朝日塾	松みどり保育所	平戸地域ケアプラザ
	和みの園		
栄区	ライフコートさかえ	さかえ福祉活動ホーム	栄区地域子育て支援拠点 にこりんく
	上郷苑	ソイル栄	横浜市飯島保育園
	ケアポート・田谷	サポートセンター径	笠間地域ケアプラザ
	クロスハート栄・横浜	リエゾン笠間	豊田地域ケアプラザ
	陽のあたる丘MISONO	かさまの杜保育園	野七里地域ケアプラザ
	田谷の里	横浜市公田保育園	本郷台駅前地域ケアプラザ
	リハビリポート横浜		

ご来場いただいた皆様、
ありがとうございました！

令和5年度共同募金実績

報告

募金目標額： 13,450,000 円

募金実績額： 10,897,880 円

実施期間： 令和5年10月1日～令和6年3月31日



令和6年1月31日締分

単位：円

募金の種類	地区名	目標額	実績額
戸別募金	豊田	2,868,075	2,725,920
	笠間	1,829,205	1,666,705
	小菅ヶ谷	1,752,975	1,240,773
	本郷中央	2,047,185	1,717,404
	本郷第三	1,393,245	961,917
	上郷西	971,775	930,195
	上郷東	1,014,300	760,025
	連合未加入	308,070	158,233
	小計	12,184,830	10,161,172
法人・街頭 その他	事務局(※1)	1,265,170	736,708
合計		13,450,000	10,897,880

※1

街頭募金	198,272
法人募金	177,000
職域募金	66,946
校内募金	45,912
イベント募金	21,907
その他	226,671
計	736,708

令和6年度各種団体募金等の目標額および会費について(お願い)

単位:円

種類		共同募金			日赤活動資金	区社協協力金	更生保護協会会費
一世帯当たりの金額		315円			200円	32円	15円
実施期間		令和6年10月1日～12月31日			令和6年5月1日～6月30日	令和6年5月1日～6月30日	令和6年5月1日～6月30日
地区名	対象世帯数	募金目標額	内 訳		募金目標額	協力金目標額	会費依頼額
			一般募金	年末たすけあい			
豊田	9,078	2,859,570	2,314,890	544,680	1,815,600	290,496	136,170
笠間	5,845	1,841,175	1,490,475	350,700	1,169,000	187,040	87,675
小菅ヶ谷	5,530	1,741,950	1,410,150	331,800	1,106,000	176,960	82,950
本郷中央	6,437	2,027,655	1,641,435	386,220	1,287,400	205,984	96,555
本郷第三	4,259	1,341,585	1,086,045	255,540	851,800	136,288	63,885
上郷西	3,148	991,620	802,740	188,880	629,600	100,736	47,220
上郷東	3,218	1,013,670	820,590	193,080	643,600	102,976	48,270
小計	37,515	11,817,225	9,566,325	2,250,900	7,503,000	1,200,480	562,725
その他	-	1,632,775	1,483,675	149,100	135,400	21,664	10,155
合 計	-	13,450,000	11,050,000	2,400,000	7,638,400	1,222,144	572,880

* 対象世帯数は、令和6年1月1日の自治会町内会加入世帯数から5%控除したものです。

生活習慣病の予防に着目した健診(無料)

生活習慣病は無症状で進行することが多いため、重大な病気になる前に受診しましょう。

未受診の方は
心疾患や脳卒中による
緊急入院が多い!

特定健康診査

対象：横浜市国民健康保険に加入している **40~74歳**

- 1 受診券が届く
- 2 直接予約
- 3 健診を受診

横浜市の特健康診
を受けたい



持ち物 受診券・問診票・保険証

横浜市健康診査

対象：後期高齢者医療保険に加入している **75歳以上**の方等

※65歳以上75歳未満で一定程度の障害の状態にあり、広域連合の認定を受けている方等も対象となります。

注意：受診券は届きません!!

- 1 直接予約
- 2 健診を受診

横浜市の特健康診
を受けたい



持ち物 保険証

横浜市がん検診

早期発見・治療のため、定期的に
受けることが大切です。

検診の種類・内容 受診回数 対象者 費用

- 1 直接予約
- 2 検診を受診

横浜市の〇〇がん
検診を受けたい



70歳からは全て
費用が無料!!

問合せ

横浜市 がん検診医療機関 検索

横浜市けんしん専用ダイヤル

日曜・祝日・年末年始を除く
8:30~17:15
電話：664-2606 Fax：663-4469



肺がん
1年度に1回
40歳以上
680円

胃がん (内視鏡) または
(エックス線)
2年度に1回
50歳以上
3,140円

前立腺がん
1年度に1回
50歳以上(男性)
1,000円

乳がん
2年度に1回
40歳以上(女性)
マンモグラフィ
(単独) 680円
視触診+マンモグラフィ
1,370円

大腸がん
1年度に1回
40歳以上
無料

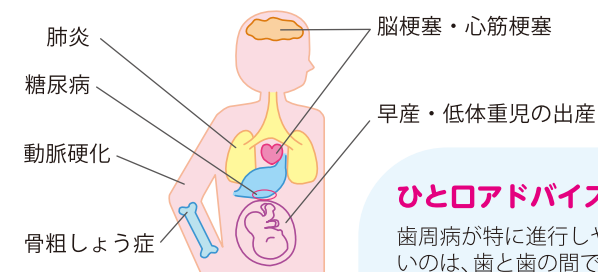
子宮頸がん
2年度に1回
20歳以上(女性)
1,360円*1

*1 子宮頸がんの検診の際に医師が必要と判断した場合のみ、子宮体がん検診も同時に行います。その際の子宮体がん検診の費用は保険診療です。

知っていますか? 「横浜市歯周病検診」

- 対象：受診日時時点で **40・50・60・70歳**の方
- 費用：500円 (70歳の方は無料)

歯周病は、複数の全身疾患と関連があり、治療や予防をすることで全身の健康向上につながります。1年以上歯科受診をしていない方は、ぜひ今年歯科健診を受けましょう。



ひとアドバイス!
歯周病が特に進行しやすいのは、歯と歯の間です。
フロスや歯間ブラシを
1日1回行いましょう。



実施機関

ヘルスマイト 食生活等改善推進員 おすすめレシピ!

ヘルスマイトは子どもから高齢者までを対象に
食育や健康づくりのボランティア活動を行っています。

作り方 焼きさばの南蛮漬け

1. 玉ねぎは薄切り、にんじんは千切りにする
ピーマンとパプリカは薄く切る
2. Aを合わせて1を漬ける
3. さばはそぎ切りにして、グリルで両面焼く
4. 3をバットに入れ、熱いうちに2を入れ
時々裏返して15分漬ける

材料(2人分) エネルギー：166kcal 塩分：1.6g(1人分)

さば	2切 (120g)	だし汁	大さじ1と1/2
玉ねぎ	1/4個 (50g)	酢	大さじ1と1/2
にんじん	中1/5本 (30g)	みりん	大さじ1
ピーマン	1個 (40g)	しょうゆ	大さじ1
パプリカ	20g	赤とうがらし	適量(小口切り)

揚げずに焼いて、
エネルギーダウン!

たっぷり野菜でボリューム
感も十分な一品!

骨に注意して
ください



第37号

令和6年2月発行

けんこう情報が満載!

栄区保健活動推進員会だより



発行：栄区保健活動推進員会
事務局：栄区福祉保健課
電話：894-6964 FAX：895-1759



若いころから健康的な生活習慣を!

栄区は、令和3年度の区民意識調査等によると、若い方ほど食事のバランスが偏っていたり、朝食を抜く傾向が高く、運動習慣が少ないという現状があります。加齢に伴う生活習慣病を予防するため、若いうちからの野菜を多く取り入れたバランスの良い食事や適度な運動等、健康的な生活習慣を心がけることが重要です。

現在、市長から委嘱された96名の保健活動推進員の方々が各地域で、区民の皆さまの健康づくりのため活動されています。栄区は、健康寿命の延伸を目標に健康づくりを推進していますので、ぜひ保健活動推進員が企画・実施している講座等に参加し、健康づくりのきっかけにして頂ければと考えています。



栄福祉保健センター長
横森 喜久美



栄区保健活動推進員会
石井 繁晴 会長

栄区の皆さんの“健康”を応援しています!

私たち「保健活動推進員」は地域の健康づくりの推進役で「けんしん」の啓発や、各地区で健康づくりに関する活動を行っています。若い世代から生活習慣に気を付けることで将来の病気の予防につながります。年に1度はけんしんを受け、ご自分の生活を振り返ってみてください。無症状のうちから受けることがポイントです!また、ご家族やご友人、身近な方にもすすめていただき、大切な方の健康を守りましょう。栄区の皆さんがいつまでも“健康”に過ごせるよう、私たちも応援します!

ほけん かつどう すいしんいん
保健活動推進員とは
(通称：保活(ほかつ))

地域の健康づくりの推進役で、行政の健康づくり施策のパートナーです。健康づくりを自ら実践し、周囲の皆さんへ広め、地域全体で健康づくりに取り組めるよう活動しています。



栄区いたち川マスコット
タッチーくん

過去の「すきっぷ」
は横浜市ホームページでも
ご覧いただけます。

栄区 保健活動推進員会 検索

皆さんに受けてほしい、けんしん!

乳がん検診のすすめ

~栄区の現状~

- 乳がん・子宮頸がんの受診率がともに **18区中、17位**と低い
- 乳がんで亡くなる方の割合が高い

【出典：横浜市HP 令和3年人口動態統計資料、保健統計データ集】

♪ 乳がん検診は栄区役所でも
実施しています!!

1か月に1回
自己触診

2年に1回
乳がん検診



乳がんは自分自身で
早期発見できる

初期段階で適切な治療を行えば
高い確率で治療できます!!



♪ 乳がん検診車が
来ます!



栄区がん検診
について

職場でけんしんを受診できる方は必ず受けましょう!
また、かかりつけ医があっても、検査項目が異なる場合がある
ので横浜市のけんしんをご活用ください!

詳細は裏表紙へ

豊田地区

楽しく継続中♪

8月にワンダースケープ自治会にて健康測定会を実施しました。健康への意識が高い方々が多いと感じました。豊田地区では、定期的にサロンなどでの健康測定、ウォーク飯島、グラウンドゴルフ、長尾台でのノルディックウォーキング、コグニサイズなど、さまざまな健康づくり活動を行っています！

年1回、保活主催でウォーキングイベントも開催しています。回覧板などをご覧ください、ぜひご参加ください。



笠間地区

活動再開！

コロナ流行期間中は、地域の皆さんとお会いできる日が待ち遠しかった推進員。今年度、健康測定会を再開しました。血管年齢測定、ベジチェック[®](推定野菜摂取量測定)など、少し珍しい健康測定も！自治会掲示板などでお知らせしますので、ぜひご参加ください！



本郷中央地区

健康測定で健康長寿！

保活として地域のお祭りやイベントなどで救護班や健康測定をしています。5月に本郷中学校で行われたミニリンピックでは救護班を務め、熱中症患者の対応をしました。また、9月に栄公会堂で行われた「敬老の集い」では、にぎやかに健康測定を行いました。



保活^{ほかつ}さんの活動紹介！

栄区を元気に！という想いで活動中♪
保活の活動を通して自らも健康意識が高くなりました。
栄区の皆さんと楽しみながら活動しています。
よかったらお立ち寄りください！



本郷第三地区

長く活動しています♪

月に一度、ストレッチ体操、筋トレ・脳トレ、年6回定例会議を開催しています。健康チェックも行い、ご自身の健康に意識を向けていただく機会を設けています。

令和5年度は保健活動推進員の委嘱式もあり、新たに着任した仲間とともに親睦会を開催し、和気あいあいと活動しています。

いきいき健康づくり

開催場所：中野地域ケアプラザ

開催日：月1回

内容：体操、健康チェック(不定期)

※詳細は回覧板か掲示板をご覧ください



上郷西地区

世代間交流♪

健康チェック～自分の健康年齢を知ろう～
@桂台地域ケアプラザ

1年に3回、世代間交流サロン「ぬくもり」を毎年実施しております。令和5年度は新しく「体組成計」が加わり、皆さんの健康への関心も一段と高まった様子でした。「ぬくもり」はどなたでも参加できますので、ぜひお越しください！



ぬくもりのマスコット
ぬくっぴー

小菅ヶ谷地区

元気で明るい方が多く
どの活動にも積極的に参加！

健康測定会

小菅ヶ谷地域ケアプラザとともに健康測定会を開催しています。回を重ねるごとに地域の方々と保活メンバーが気軽に健康について語り合う場になっています！

皆様の健康づくり応援団～いきいき小菅ヶ谷～

和気あいあいと楽しいひとときを過ごしています。皆様のお越しをお待ちしております！

初心者大歓迎！

- 「ウォーキング」参加費 100円
- 「グラウンドゴルフ」無料
- 「卓球」無料

詳細は事務局へ電話でお問い合わせください
電話：045-891-4995



上郷東地区

大人気イベント♪

今年度は、各自治会での夏祭り等が再開され保活も活動しています。

「ふくしほけんまつり」では、保活として血圧計や体組成計を用いて健康測定会を行いました。

地区の老人会やサロンでの健康チェックも積極的に行っています。



本郷中央地区

健康測定で健康長寿！

保活として地域のお祭りやイベントなどで救護班や健康測定をしています。5月に本郷中学校で行われたミニリンピックでは救護班を務め、熱中症患者の対応をしました。また、9月に栄公会堂で行われた「敬老の集い」では、にぎやかに健康測定を行いました。



横浜市社会福祉・保健医療功労者市長表彰
長嶋 孝尚 (小菅ヶ谷地区)

永年勤続表彰
10年表彰

石井 繁晴 (豊田地区)
神田 博文 (小菅ヶ谷地区)
佐野 光生 (小菅ヶ谷地区)
清野 孝子 (本郷中央地区)
中田 恒夫 (本郷中央地区)

敬称略・50音順

おめでとうございます。

表彰



「民生委員」

ご存じですか？
あなたのまちの

横浜市では **4,300**人を超える民生委員が
地域の見守りの中核を担っています。

(2023年12月現在)

—— 民生委員はこんな活動をしています ——



見守り



担当地域の高齢者の見守り
や子どもたちへの声かけ

相談・
情報提供



お困りごとの相談に乗り
利用できる福祉サービスの
情報を提供



交流の場
づくり

昼食会やサロンなどの
交流活動の運営やサポート

つなぎ役



必要な福祉サービス
を受けられるように
専門機関へつなぐ



民生委員・児童委員は、厚生労働大臣から委嘱された地域福祉を担うボランティアです。
日常生活での困り事の相談に乗り、内容によっては必要な支援が受けられるよう専門機関につなぐ
「つなぎ役」となります。主任児童委員は、子どもや子育てに関する支援を専門に担当しています。

民生委員・児童委員は地域に寄り添うキーパーソン

地域の一人ひとりの見守りが安心なまちにつながる

地域の皆さんへ

地域見守りの4ステップ

地域全体でゆるやかにつながり、見守りの輪を広げていきましょう。
子どもから高齢者まで誰もが安心して暮らせるまちづくりにつながります。

声かけ



声をかける
あいさつする

つながる



顔の見える関係
話し相手になる
ちょっとした手助け

気づく



異変に気づく
ちょっと変だなと思ったら

民生委員につなげる



民生委員につなぐ
緊急の場合は通報を

CHECK \地域見守りのポイント/ こんな時は民生委員におつなぎください

- 新聞や郵便がポストにたまっている
- 怒鳴り声が頻繁に聞こえる
- 何日も同じ洗濯物が干してある
- あざやコブ、傷ができていた
- 何日も夜に家の電気がついていない
- 最近急激に痩せている
- 何日も雨戸が閉まっている
- 道で会っても元気がない
- 通りで見かけることが減っていないか
- 季節に合わない服を着ている
- 地域の行事や集まりに急に来なくなった
- 不安そうに道を歩いている
- 子どもが頻繁に大きな声で泣いている
- 家族に印鑑、通帳を盗られたと訴える
- 子どもが幼い兄弟の面倒をみている
- 家族が介護に悩んでいる



あなたのまちの民生委員

日々の暮らしの中でちょっとした気づきがあれば、民生委員につないでください。

あなたのまちの民生委員を知りたい場合は、区役所または自治会町内会へ



民生委員・児童委員、主任児童委員

担当する地域の中で、介護や子育てなど、住民の方の福祉に関わる悩みや困りごとの相談に乗り、地域ケアプラザや区役所など適切な機関につなぐ役割を担っています。

子どもや子育ての支援を主に担当する民生委員・児童委員が主任児童委員です。



日ごろの活動

- 見守り** 担当区域にお住まいの方の見守りや子どもたちへの声掛け
- 相談・情報提供** 困りごとの相談にのり、利用できる福祉サービス情報を案内します
- 地域のつなぎ役** 必要な福祉サービスが受けられるよう地域の専門機関につなぎます
- 交流の場づくり** 昼食会やサロンなど交流活動の運営・サポートに携わっています
- 行政の業務への協力** 区福祉保健センターなど関係機関の業務へ協力しています

活動の様子(一例)



見守り活動



地域の親子の居場所「子育てサロン」

次のようなご相談は民生委員の役割ではありません

- × 身の回りの世話をしてほしい
- × 救急車に同乗してほしい
- × 保証人になってほしい
- × 子どもを預かってほしい
- × お金を貸してほしい

民生委員活動の基本

地域・行政等との協力

- 地域の方と協力し地域情報を把握しながら活動します
- 地域ケアプラザ・区社会福祉協議会・区役所が活動をサポートします

民生委員児童委員協議会（民児協）

- 民生委員同士で民児協（地区・区・市）を組織し、活動に役立つ情報の共有や、活動の相談等をしています
- 知識習得やスキル向上のための研修を行っています

身分と守秘義務

- 厚生労働大臣から委嘱を受けた地域福祉のボランティア
- 任期は3年で、再任できます
- 住民の個別の相談をお受けするため、秘密を守る義務があります

活動費の支給と会費のご負担

<活動費の支給> 年間 70,200 円（令和5年度 64,200 円 ⇒ 令和6年度 70,200 円※）

支援をしている方への訪問や連絡、研修参加など、民生委員・児童委員活動を行う際にかかる交通費や通信費等に充てるための活動費を、区役所から年2回に分けて支給します。

なお、活動費は給与や報酬ではなく実費弁償であるため、確定申告等は不要です。

※民生委員・児童委員の負担軽減・活動支援策のひとつとして、令和6年度から増額を予定しています。（月額：5,350 円⇒5,850 円 年間 6,000 円の増額）

なお、増額は令和6年度予算が横浜市議会で議決されることが条件です。

<会費のご負担> 年間<9,000>円（令和5年度の場合）

横浜市民生委員児童委員協議会（市民児協）は、活動に役立つ情報提供や会員同士の情報交換、研修を行うとともに、退任時の慰労金や疾病の際の見舞金等を支給する互助事業などを行っています。

また、市社会福祉協議会（市社協）・区社会福祉協議会（区社協）でも、情報提供・情報共有、活動の後方支援等により、民生委員・児童委員の活動を支えています。

これらの組織は会費や市補助金で運営されており、民生委員・児童委員は就任と同時に会員となるため、会費をご負担いただいています。

また、栄区民生委員児童委員協議会は、会員相互の互助と親睦を図るため互助会を組織しています。

【会費】

- | | |
|-----------------------|---------|
| ・横浜市民生委員児童委員協議会（市民児協） | 7,500 円 |
| ・栄区社会福祉協議会（区社協） | 1,000 円 |
| ・栄区民生委員児童委員協議会 | 500 円 |

【担当】 栄区役所 福祉保健課 運営企画係

電話：045-894-6963 FAX：045-895-1759 メールアドレス：sa-minsei@city.yokohama.jp