

若葉台地区社協だより

令和2年12月26日 No.132
発行／若葉台地区社会福祉協議会
会長 熊谷 善友
旭区若葉台3-2 連合自治会館内



第4期旭区地域福祉保健計画取組み (きらっとあさひプラン)

(地区社協 熊谷善友)

若葉台地区社協福祉協議会では、第3期旭区地域福祉保健計画(計画期間:平成28年度から令和2年度)「きらっとあさひプラン」(*1)に基づいて、若葉台の地区別計画として、「向こう三軒両隣につながるコミュニケーション → 地域での孤立化を防止する」為の活動に取り組んできました。そして、「困った時に声をあげられる雰囲気のある街づくり」を推進するために、あいさつ運動と移動サロンの両輪で推進してまいりました。

*1: 第3期旭区地域福祉保健計画(*2)(計画期間:平成28年度～令和2年度)

*2: 地域福祉保健計画は、社会福祉法107条に基づき、誰もが安心して自分らしく健やかに暮らせる地域社会の実現を目指し、身近な地域で支え合いの仕組みづくりを進める計画として策定します。

そして今、第4期旭区地域福祉保健計画(計画期間:令和3年度から令和7年度)「きらっとあさひプラン」に基づいて、2025年問題を念頭に10年後の旭区の地域福祉の姿を見据え、そこに至る前半の5か年の計画として策定された、旭区で生活・活動している「すべての人」が健康でしあわせな生活を送れることをめざし、行政はもとより区民をはじめ、地域の中で住みよいまちづくりに取り組まれている自治会町内会・社会福祉協議会・地域ケアプラザ・福祉施設・各種団体等が協働し、地域住民が主体となって共に力を合わせて取り組む為の計画の策定を目指して活動をしています。

毎月第二木曜日の夜に地域福祉保健部会を開催して、関係する組織(右図)の皆さまにお集まり頂き、取り組む地区別計画策定に向けて活発に議論をしています。

地域福祉保健部会参加組織									
連合自治会・単位自治会	保健活動推進員	民生委員児童委員主任児童委員	青少年指導員	友愛活動員	かがやきクラブ	PTA	保護司	NPO法人若葉台	地区推進員
									ボランティア

第4期旭区地域福祉保健計画の基本的な考え方は以下のとおりです。

基本理念 : 地域で支え合い 健康でしあわせな生活を送れるまち 旭区をつくろう

基本目標 : 参加しよう! つながろう! 元気になろう!

その基本的な考えに基づいて、目指す姿を以下のように定義しました。

◆誰もが、ともに生きるまち

地域には、子ども、障がい者、高齢者、外国籍の方、生活に困りごとを抱える方など、多様な人が生活しています。立場や背景を越えて様々な人が接点を持ち、お互いの違いを知り、受け止めあえるまちを目指します。

◆みんなが、声をかけあえるまち

より身近な地域や場面で交流を持ち、お互いを気にかけて見守り合い、困ったときに声を上げ、支え合えるまちを目指します。

◆ひとりひとりが、自分らしくいられるまち

それぞれの存在を尊重し、できることや得意なことに参加しながら、いきいきと暮らせるまちを目指します。

《移動サロン》

(地区社協 熊谷善友)

2020年4月から、毎月第1火曜日の13時～15時に「わかばの広場」にて、若葉台まちづくりセンター・若葉台地域ケアプラザの協力と、多くのボランティアの皆さまの支援を得て、誰でも・気軽に・近くで、世間話のできる場を提供することを目的に「ほっこり」を定例開催しています。

2020年12月1日には、横浜調剤薬局様のご協力を得て初めての「お薬相談会」併設して開催しました。当日は12月としては穏やかで日和でしたが人出は思ったほどではなかったですが、それでも4名の方が相談に訪れてくださいました。

「移動サロン」を開催することは、「第4期きらっとあさひプラン」がめざす姿の2つ目「みんなが、声をかけあえるまち」の『より身近な地域や場面で交流を持ち、互いを気にかけて見守り合い、困ったときには声を上げ、支え合えるまちを目指します』に合致するのであり、世代を超えた交流の場を提供することで、そこで多くの人とつながっていることを実感して頂き、困った時に声をあげられる雰囲気のある社会的孤立の無い街づくりを目指して今後も継続して推進していきます。

多くの皆さまのお越しをお待ちしております。



お薬相談会併設

体温測定してテントへ

《スタンプラリー実施中》

(地区社協 入江 ゆきよ)

スタンプラリーは、新たな支え合いと連帯によ

る子育て支援環境づくりを目指して、若葉台地区社協が取り組んでいる事業です。一人で子育てに悩んでいる方々に、できるだけ外出して、地域デビュー(ママ友づくり)のきっかけとなるように、ひいては若葉台の良さを知って頂くことを目的に、以下の要領でスタンプラリーを実施しています。

遊び場まわって2種類以上の
スタンプをあつめよう!!



5個集めたら「コミュニティオフィス春」か「若葉台地区センター」で、専門店街で使えるお買物券に交換できるよ。

実施要項

- 今回は未就学児のお子さんの保護者が対象です。
- スタンプラリーは2021年1月31日まで。
- お買物券の交換・有効期限は、
2020年11月1日から 2021年2月15日まで。
- スタンプカードは各遊び場に置いてあります。
- 遊び場で遊んだら、帰りにスタンプを押してもらってください。
- 若葉台地区センターや若葉台地域ケアプラザは、どの事業が対象か確認してください。

お知らせ

若葉台地区社協からのお知らせです。

1. ボランティア募集中

横浜わかば学園の「カフェわかば」、地区社協の移動サロン「ほっこり」の、お手伝いをしていただけのボランティアを募集しています。一月に一度、年に一度で結構です。空いている時間にご協力をお願いします。ご協力いただける方はお近くの地区社協理事、または編集後記に記載のメールアドレス迄ご連絡をお願いします。

前回、「ケアプラザは地域福祉保健計画の推進を支援しています」という記事を掲載しました。今回は、改めて「旭区地域福祉保健計画（きらっとあさひプラン）」とは何かをお伝えしたいと思います。

若葉台地区では「地区別計画」を若葉台地区社会福祉協議会が中心となって推進しており、旭区役所・旭区社会福祉協議会・若葉台地域ケアプラザが計画推進を支援しています。

★ 旭区地域福祉保健計画（きらっとあさひプラン）とは？ ★

旭区に住むすべての方が地域で支え合い安心して自分らしく暮らせるようにするための計画です。住民・事業者・公的機関（旭区役所・旭区社会福祉協議会、地域ケアプラザ等）が協働し、身近な地域の支え合いの仕組みづくりを進め、地域の福祉保健課題を解決するために策定・推進しています。

旭区内 19 地区連合ごとに地域の特性や課題に合わせて策定する「地区別計画」と、地区別計画推進の支援や、地域では課題解決や十分な取組が難しいテーマ等について旭区全域を対象として取り組む「区全域計画」とで構成されています。旭区地域福祉保健計画の基本理念や目指す姿を「区全域計画」と「地区別計画」とで共有し、それぞれの役割を果たしながら連動することで、旭区全体としての取組を進めていきます。

「きらっとあさひプラン」は、旭区地域福祉保健計画の愛称です。

★ 第4期旭区地域福祉保健計画（きらっとあさひプラン）の方向性 ★ （計画期間：令和3年度～7年度）

基本理念 「地域で支え合い 安心して自分らしく暮らせるまち 旭区をつくろう」

目指す姿1 誰もが、ともに生きるまち

- 取組目標1 違いや多様性を認め合い、支え合える意識の醸成を進めます
- 取組目標2 子どもの頃から思いやりの心を育むとともに、地域の一員としてのつながりづくりを進めます
- 取組目標3 世代や分野を超えたつながりづくりを進め、受け手・支え手を区別することなく、自然な交流から生まれる対等な関係性を大切にします
- 取組目標4 誰もが人権をはじめとした権利を守られ、尊重されるべき存在であるという権利擁護の取組を進めます

目指す姿2 みんなが、声をかけあえるまち

- 取組目標1 より身近な地域での見守りや支え合い・つながりづくりの取組を一層進めます
- 取組目標2 みんなで話し合い、考えるプロセスを大切に、地域課題の解決に向けた取組を進めます
- 取組目標3 地域での見守り・支え合いの取組を多面的に支援します

目指す姿3 ひとりひとりが、自分らしくいられるまち

- 取組目標1 ひとりひとりの思いや力が大切にされ、自分のペースで参加できる場・機会を増やします
- 取組目標2 健康づくりをきっかけに、つながりが増え、支え合える地域づくりを進めます
- 取組目標3 地域活動を活発にするための人材づくりを進めます

【 旭区地域福祉保健計画（きらっとあさひプラン）に関するお問い合わせ 】

旭区役所 福祉保健課 事業企画担当

電話：045-954-6143

FAX：045-953-7713



《医療・健康講座》

摂食嚥下～飲み込むことの重要性～

(わかば内科クリニック院長 大野力)

『摂食嚥下（えんげ）機能』、お聞きになったことがある方も多いかと思いますが、一見して‘ただ食べ物を飲み込むこと’、と思いがちです。しかし実際には、食べものを認識する→口に運び咀嚼（そしゃく）する→舌や頬を使ってのど、食道、胃の方へ送るという様々な行程を経て成り立っています。嚥下障害とはこの一連の動作に障害があることを言います。年末年始のこの時期、お餅を詰まらせてしまうといったニュースを聞いたこともあるかと思いますが、これも嚥下機能が落ちた状態が原因で起きてしまうので、飲み込むことについて正しく理解することの重要性を本稿で書かせて頂きます。

加齢とともに歯が欠損することや、唾液分泌の低下、舌の運動機能や咀嚼筋の低下といった口腔内の問題を起こしやすくなります。誤嚥（ごえん）とは、前述した加齢性変化により、食べものが本来のルートではなく、肺へと続く空気の通り道である気道に流入してしまうことで起きます。これが誤嚥性肺炎の原因となります。

実際の医療現場では、自力で唾液を飲み込んでもらい、30秒間で何回飲み込むことができるか、自身で咳ができるか、実際にコップを使用して水が飲み込めるかどうか等で判断していきます。

加齢によるものからも嚥下障害は起きるので、さらに脳梗塞や認知症といった基礎疾患を抱えている患者様にとって、この嚥下機能については日々よく注意する必要があります。訪問診療ではこういった基礎疾患を抱えている患者さんが多く、食形態について相談を受ける場面がよくあります。おせんべいやビスケットは咀嚼することも嚥下す

ることも難しい食材である一方で、よく食べたいものとして挙げられます。このような時には先に述べたような水を飲んでもらう検査を実際に患者さんにしてもらい、家庭でもできる範囲での食形態の工夫を提案しています。

今回は年末年始に当たり、普段とは違う食事を食べる機会や食事量も多くなるので嚥下について書かせて頂きました。以上のことを頭の片隅に置いて頂き、楽しいお正月をお過ごし下さい。

《振り込め詐欺にご注意を！》



サギ撲滅の2本柱

1 こんな言葉を電話で聞いたらサギだ!

「急にお金が必要! 用意して!」
「キャッシュカードを預かります。」
「ATMで医療費を還付します。」

2 留守番電話設定のお願い!

「犯人は留守番電話を嫌います。」
「常に留守番電話設定を!」
「留守番電話が作動する前に取らないで!」
「迷惑電話防止機能付き機器の購入検討を!」

神奈川県警察

(2020年11月30日現在の被害総額)

旭区 38件、約5200万円

※若葉台で2件発生しています。

※電話機は留守電モードに!



《今後の予定》

- 移動サロン「ほっこり」 於わかばの広場
毎月第1火曜日13～15時 (雨天中止)
※2021年1月は12日開催(第2火曜日)
お薬相談会併設(協力:横浜調剤薬局)
- きらっとあさひプラン地区別計画住民説明会
1月30日(土)10時～ 於ケアプラザ

【編集後記】

令和2年は新型コロナウイルス騒動で始まり、経験したことのない緊急事態宣言発令、それに伴う催事の中止・規模縮小など、何かと活動が制限されることの多い一年でした。生活様式もすっかり変わってしまいましたが、一日でも早く新型コロナウイルス感染が収束し、穏やかな日常に戻ることを願っています。(あ)

《編集委員》阿部昭子、入江ゆきよ、太田正廣、奥村利夫、(五十音順) 熊谷善友、東海林知子、瀬戸久美子、峰松雅子
※社協だよりへの掲載記事を募集しています。
ご希望の方はお近くの地区社協役員または下記メールアドレスまでお願いします。
Mail: wakabadai.chikushakyou@gmail.com

わかば内科クリニック

診療科目 内科一般・消化器・循環器内科・在宅医療

診療時間 月 火 水 木 金 土 日祝

9:00～13:00 ● ● ● ● — ● —

15:00～18:00 ■ ■ ■ ■ — ■ —

※訪問診療ご相談ください。

●は外来診療 ■は在宅医療 休診日:金・日・祝
若葉台4-12-105 ☎045-465-4897