

# 「生活困窮者自立支援制度」を知っていますか？

- ・働けなくなってしまった…
  - ・給料や年金では月々の支払いが苦しい…
  - ・ひきこもりの家族のことが心配…
- この先の生活どうしよう…



## 区役所生活支援課では、このようなご相談を受けています。



### あなたのまわりに気になる人はいませんか？

生活する上での困りごとは様々です。心身の具合が悪くなる等、困りごとが重なって自分らしく生活することが難しくなる人も…。そのまま相談先が分からず悩んでいるうちに、問題が徐々に深刻になり、問題を解決する意欲や、SOSを発信する力さえ失くしてしまいかねません。

### 気づきをつなぐ「相談のリレー」

地域で

地域のゆるやかな見守りの中での、ちょっとした気づきは大切なきっかけです。「おや?」と思ったら、相談してみたら?とお声がけください。問題が深刻になることを防げるかもしれません。また、地域の身近な相談窓口は、地域ケアプラザや区社会福祉協議会です。相談内容によって、必要な支援・制度につなげていきます。(=相談のリレー)

### 一人ひとりの自立を一緒に考えていきます

区役所で

区役所生活支援課の窓口では、それぞれが抱えている困りごとの相談をうけています。相談者と話し合いながら色々な支援を組み合わせ、一人ひとりが自立の入口へ向かって一歩踏み出せるようにサポートしていきます。



生活困窮者自立支援制度について  
(横浜市役所HP)

生活の困りごと、一人で抱えず相談してみませんか？

一人ひとりのペースで一歩を踏み出せるように、じっくりとお手伝いします。相談無料 予約不要

港南区役所 生活支援課  
☎ 045-847-8404

港南区役所生活支援課  
電話：045-847-8404 FAX：045-847-0378



「こうなん」  
まちな見守り通信

# 見守り通信

第10号

港南区では、誰もが住み慣れた地域で安心して生活できるように、さまざまな「見守り・支えあい」の取組を進めています。



港南区  
見守り協力事業者  
登録数  
**423事業者**  
(令和5年9月末現在)

## 「見守り協力事業者」とは？

ふだんの暮らしの中で『あいさつ』や『声かけ』をきっかけに、ゆるやかな見守りに協力していただいている事業者の皆さんのことです。

港南区  
「見守り・支えあい」の  
まち

地区センター

鍼灸院

見守り協力事業者

地域にやさしいお店  
港南区役所・区社会福祉協議会・地域ケアプラザ

見守り協力事業者  
ステッカー

酒屋

病院

## 「第4期港南ひまわりプラン」(地域福祉保健計画)

計画期間：令和3年～7年度

### ～ふだんのくらしをしあわせに～

誰もが住み慣れた地域で安心して健やかに生活でき、地域の中でお互いに支えあえるよう、区民の皆さん・活動団体・行政等が協力して地域をより良くしていくための計画です。



港南ひまわりプラン  
推進キャラクター「こなちゃん」

# 見守りからえがおのまちへ

見守り協力事業者にご協力をいただき、  
 芹が谷地域ケアプラザ祭りでウォークラリーを実施しました。

## からだピュア 鍼灸マッサージ治療院

はり師、きゅう師、あんまマッサージ指圧師の国家資格を持つスタッフによる治療院。子ども達には縁遠いお店ですが、ウォークラリーで名前を覚えてもらえてうれしいです。いらっしゃるお客さんの中には、半分話をするために来る方もいます。話を聞くこともセラピーだと思っています。家族の悩みを話す方には、「ケアプラザがありますよ。」と伝えることもあります。

この地域に商業施設などができ、若い人が増えたり、外からも多くの人を訪れたりする街になると良いですね。



## せりぎん タウン



ウォークラリーに参加して、地域には子どもがこんなにいるのだと感じました。  
 お店には、親の介護について話をしていく方や、毎日同じ話や昔の話を安心して帰っていく方もいます。お客さんにはくつろいでいただき、また来たいと思ってもらいたい。そうした、人とふれあう会話のある店にしていきたいです。  
 これからますます高齢の方が増えるので、相談できることや元気な高齢者が通える場所が増えるといいと思っています。



## 厳選地酒・ ワイン・コーヒー豆 (有)秋元商店

## 横浜市 永谷地区センター

公園で怪我をした子が駆け込んできたり、地域のお祭りに行くときども達から声をかけられたりすることもあります。図書を読むことを喚起するためのハロウィンイベントや、小さい子にも大好評の大きなビーチボールのレンタルなど、子ども達が喜ぶための仕組みづくりをすることでリピーターが増えています。ルールを守らない子には大人がしっかり教えなければいけないので、子ども達には近所のカミナリ親父が地区センターにいると認識して欲しいですね。

この先、子育て世代や若い世代が増え、そうした方にも地区センターを利用して欲しいと思っています。



## 神奈川県立 精神医療センター

地域ケアプラザとは、イベントなどを一緒に企画したり、地域への周知に協力してもらったり、様々な場面で連携をしています。ウォークラリーなどに関わることで多くの方が精神医療センターに足を運ぶきっかけとなり、精神科病院をより身近に感じられるようになれば良いと思っています。

また、コグニサイズ\*の指導者として、地域での認知症予防の活動にも取り組んでいるため、地域の方から精神医療センターのスタッフとして認識していただいています。こうした取組の積み重ねが、精神障害の有無にかかわらず、誰もが安心して自分らしく暮らすことができる地域共生社会の実現につながっていくのではないかと考えています。



\*コグニサイズとは国立長寿医療研究センターが開発した運動と認知課題を組み合わせた、認知症予防を目的とした取り組みの事です。

## 横浜市 芹が谷地域ケアプラザ

今回のウォークラリーは、子ども達に楽しんでもらうことはもちろん、子ども達やその保護者に、地域ケアプラザと見守り協力事業者を知って欲しいと思って企画しました。見守り協力事業者は、困った時、何かあった時に駆け込んで助けを求めて良い場所です。一度のつながりだけでは難しいと思うので、何度も繰り返しつないでいきたいです。  
 福祉教育で小学校に行った際に、ケアプラザを知っている、行ったことがあるということども達が増えてきたように感じています。この先さらに、ケアプラザに行ったことがあるということども達が増えるようなイベントを企画していきます。誰かが誰かを助けるだけでなく、お互いに助け合える街、子どもも子育て世代の方も、高齢者も、障害のある方もない方も、みんながつながり合える街になるように私たちも頑張ります。



生活支援コーディネーターの織茂さん(右)と地域活動交流コーディネーターの八木さん(左)

## 芹が谷地域ケアプラザ祭り ウォークラリー♪

～6月3日(土)に開催しました～

