

# エリマネ ニュース

第 32 号

深谷台小学校エリアの広報紙

発行日：H26年3月31日

発行者：深谷台  
地域運営協議会

連絡先：深谷台小学校内  
地域交流室

TEL：392-5735

<http://www.drsansan.jp>

## 区役所からみた地域運営協議会



5年前から地域運営協議会に出席して、共に考え、多くの力をいただいている戸塚区区政推進課 地域力推進担当の川邊満さまより原稿を頂きました。

### 1 行政が期待していること

深谷台の地域運営協議会は、ドリームハイツ地域運営協議会の時代を含めて、7年目を迎えています。ここで、根本的なところから、行政に関わるものとして、地域運営協議会に何を期待しているのか、考えてみました。

ご存知の方も多いと思いますが、「自助、共助、公助」という言葉があります。具体的に、大地震が起こった際のことを考えてみれば分かりやすいでしょう。まずは、自分の身は自分で守る。これが「自助」。行政の支援が届くのは早くても発災後3日後とされています。その間にご近所同士で助け合っていかなければならない。これが「共助」、そして行政などの「公助」です。

地域運営協議会への期待は、一言で言えば、災害時だけでなく、平時の地域の高齢者などの多様な課題について、この「共助」の仕組みを創り上げ、課題解決に取り組んでゆくことです。

### 2 課題解決の事例—見守りの取組

この事例として、「見守り体制づくり」があります。これは、地域運営協議会が2008年に実施した「地域住民」のアンケート調査で、67%の人が、「日常生活における不安を解消するために望む重要な施策」として、「一人暮らしの高齢者の見守りや緊急連絡体制」が重要と答えた結果を受けたものです。

まずは、民生委員や福祉団体が参加する「見守りネット部会」を設け、検討を開始します。そのなかで、相談の場、個人データの保管など

の場、が必要との声が高まり、隣接する深谷台小学校の空き教室を使えないかとの話になります。そこで、区役所と協働して、教育委員会、深谷台小学校に働きかけました。粘り強い交渉の結果、プレハブ校舎の空き教室の一つを使うことが出来るようになりました。それが、現在、「見守りネットセンター」と運営協議会の事務所となっている「地域交流室」です。これで、見守り体制確立が大きく前進しました。

### 3 モデルとして

横浜市では、地域活動の活性化とつながりづくり（協働の地域づくり）が「横浜市の地域自治」の基盤であること、という考え方を基に、区政運営の仕組みを整えていこうとしています。ご存知の方は少ないと思いますが、戸塚区では、その手始めとして、「地域と向き合う体制づくり」ということで、昨年4月より、区内の各連合町内会に区役所の課長、係長の2名の地区担当を設けました。とりあえず、地域との「顔の見える関係づくり」のために、毎月の定例会などに出席しています。目標は、将来的に各地域において「地域の様々な団体や人々が連携して課題解決に取り組む場の拡充」を支援していこうというものです。

まさしく、2に述べたような深谷台地域運営協議会の「課題解決」の取組を、区内の他の地域においても進めていければと考えています。そうした意味で、ますます、深谷台地域運営協議会は他の地域のモデルとして期待は高まっています。

# ぽっぽの家

をたずねて



『ぽっぽの家』は、0歳～未就学児と親が気軽に立ち寄り、おしゃべりしたり遊んだり、自由に過ごせる“たまり場”であり、また子どもの一時預かりの場でもあります。第二の我が家的な存在で、地域の幅広い情報収集・発信の他、子育てに役立つ講座やプログラムを実施したり、様々な相談にも応じ、毎日大勢の親子がつかい賑わっています。今回は、利用者さんの声をお届け致します。

## 利用目的は？

- 子どもの遊び場として
  - 子どもの一時預かりとして
- 毎日、または週1, 2回利用される方が多いようです。それぞれの都合に合わせて、自由に、そして気軽に立ち寄れるという様子がうかがえました。

## 利用するきっかけは？

- 近所に遊び場がない
  - 友人、赤ちゃん教室からの紹介
- 公園では、実際に遊んでいる子どもを見かけることが少ないようです。他の親子とのふれあいを求められていること、また口コミでの利用度が広がっていることも分かりました。



## 子育てママの悩み

- 日中子どもと2人きりで煮詰まってしまう
  - 子どもの発達、成長について不安
- 子どもとの関わり方、遊び、成長過程において、相談できるスタッフがいること、共感できる仲間が集うことで、「ぽっぽの家」は、子育てに奮闘中のお母様方の癒しの場となっているようです。

## あなたも歩こう会に参加して、健康寿命を延ばしませんか！！

歩こう会は、2008年よりスタートし毎月1回（日曜日）開催しています。ウォーキング活動を通じて、地域住民の健康増進と学生ボランティアとの交流をはかるのがねらいです。（主催：横浜薬科大学健康薬学科 八田有洋准教授、協賛：NPO法人 ドリームの丘）

2013年4月より、より発展を期するために、緑の協会が新たに加わり、以下の体制で進めることになりました。

主催： 横浜薬科大学

共催： NPO法人ドリームの丘

（公財）横浜市緑の協会俣野事業所（俣野公園・野球場の指定管理者）

歩こう会は雨天の場合、「中止」ですが、これまで一度も中止となることなく54回連続して開催されました。第55回(本年2月16日)の当日は晴天でしたが、前日までの大雪のため中止となり、連続開催記録は残念ながら途絶えました。

歩こう会は参加者がご自分の体調・体力や関心に応じて、当日の参加コースを選択します。

【初級コース】：3-4km 高低差がないコース、俣野公園内および薬科大学構内の散策。

【中級コース】：5-6km まさかりが淵、境川遊水地公園など若干の高低差有。

【上級コース】：6-8km 東俣野中央公園、いずみ中央など健脚コース。



### ☆ 出発前ミーティング☆

- 健康一口メモ（八田准教授）
- 準備体操
- クラス分け（自己申告で）
- 出発⇒各コース
- 帰園⇒集合写真撮影・解散

健康寿命は介護を必要とせず、自立した生活ができる生存期間です。一方、平均寿命の延びに伴い要介護者の数も増えているのが現状であり、健康寿命を延ばし、介護期間を短くすることが重要な課題です。健康寿命を延ばすには、下肢の筋量を保持することが不可欠であるため、「健康寿命を延ばす秘訣は、運動のみである」と言っても過言ではありません。最新の研究では、1日2000歩のウォーキング（約20分ウォーキング）を習慣的に行うことで心臓病のリスクが約8%低下することが報告されています。（Lancet, 2013）

歩こう会は、歩くことのみが目的ではありません。地域住民のみなさんとハマヤクの学生との地域交流も目的の1つです。学生たちと会話をしながら歩くことで心身ともにリフレッシュしていただきたいと考えています。学生たちもみなさんとの交流を楽しみにしています♪どうぞ、気軽に参加してください！（文責：八田）



## ～アークプラザ戸塚～

## 雪かきのお礼



2月8日、横浜は13年ぶりの大雪に見舞われました。その日、自治会の定例会があり、引き継ぎに来ていた新年度役員さんにもご協力いただき、役員総出で雪かきを決行することに。当日、有志で参加くださった方もあり、お子様を含めて総勢60名のご協力のもと、スロープ等々すっかりキレイにすることができました。休日の朝にもかかわらず、たくさんの方が力を貸してくださったこと、会長はじめ役員一同大変嬉しく思っております。なかなかの力仕事になってしまったので、皆さんお疲れになったことと思います。筋肉痛は大丈夫でしたでしょうか。この場をお借りしてお礼申し上げます。

本当にありがとうございました。また、このような事がありましたら皆さまのお力をお貸しくさせていただきますよう、あたたかいご支援をよろしくお願いいたします。

アークプラザ戸塚 自治会広報 木村美夏



2週にわたる大雪、大変でしたが、雪かきをとおして、あちこちで温かい交流の輪ができていたようですね。

## ほっと理容室

【広告】

(予約優先)

P有り

TEL 045-852-8550

定休日：毎週火曜日、第2、3月曜日

営業時間：8:30～19:00

横浜薬大南門（旧ランド坂下）バス停のすぐそば

大人 3000円 大学生 2800円 高校生 2500円

中学生 2200円 女性顔そり 1800円

小学生以下 1300円(カットのみ) 出張理容 3500円(カットのみ)



あとがき

私なりに健康を考えてみた。まず、のんびりペースで身の丈に合った活動をする。そして楽しいお喋りも必要みたい。ドリームハイツには、ごちんまりしているからこそ行きやすい場所が・・・。「夢みん」「ふらっと」それぞれの特徴があり、楽しみの違いはありますが、行くと、楽しくて元気になります。これからもよろしくネ！（え）

身体に優しく、まるやかな天然のお塩を販売しています！  
ヒマラヤ産クリスタル岩塩と水の店

広告

## 源気商會 んきしょうかい

- ★ 東京スカイツリー、ソラマチでの販売開始！
- ★ ふらっとステーションでも販売中！



ドリームハイツ 10-108 (土井)

★お気軽にお問い合わせください★

★楽天市場にも出店しています★

045-777-6920/メール/ doi@genki.de.com

## 出張自転車修理

出張費なし！

TEL FAX 045-852-4126

広告

## キタハラ・メンテサイクル

雨天休業・不定休

パンク修理・タイヤ、チューブ取替  
鍵外し、取付・各部品取替、取付

・受付 AM8:00～PM7:00

・戸塚区俣野町 1403 17-806

・パンク修理は1,200円より。

