

10月度の回覧板

- ・ 都筑区治安情勢 9月度
- ・ 発火事故が急増しています 都筑消防署
リチウムイオン電池の取扱いに注意！
- ・ 令和7年度
高齢者インフルエンザ予防接種のご案内
- ・ 令和7年度
新型コロナウイルス予防接種のご案内
- ・ 訪問歯科健診
- ・ 都筑スタイル Newsletter vol.6
～学び合い交流セミナー～
- ・ ふれあいくん 10・11月号
- ・ つづき あい
(第5期 都筑区地域福祉保健計画)

都筑区治安情勢

令和 7 年 9 月

都 筑 警 察 署

令和 7 年 8 月末までの発生傾向（累計） ※特殊詐欺については暫定値

犯罪種別	県内発生	当署発生（昨年比）	昨年比増減率
【刑法犯件数】	32,434 件	627件（+91件）	+ 16%
【自動車盗】	538件	20件（+16件）	+ 400%
【オートバイ盗】	1,576件	7件（-10件）	- 58%
【自転車盗】	7,603件	138件（-5件）	- 3.4%
【空き巣】	460件	7件（+5件）	+ 250%
【車上ねらい】	785件	23件（-14件）	- 37%
【万引き】	4,674件	116件（+24件）	+ 26%
【特殊詐欺】	1,571件	12件（- 14件）	- 53%

特殊詐欺被害額	県内	約 77億2,300万円
	当署	約 710万円

警察官を騙った詐欺に注意

詐欺の犯人が、偽の警察官を騙り

- ・あなたの口座が詐欺事件に使われている。
- ・あなたに事件の容疑がかかっている。
- ・捜査の為に、口座のお金を確認する必要がある。
- ・あなたに逮捕状が出ている。
- ・お金を振り込めば優先的に捜査する。

等と言い、金銭を要求してきます。

警察官が、お金を要求することは絶対にありません！！



えっ！？警察？
私の口座が詐欺に使わ
れていて、私も共犯？
逮捕される？





発火事故が急増しています

あなたの
スマホやタブレット、
モバイルバッテリーは
大丈夫？

リチウムイオン電池の

取扱いに注意しましょう！

なぜ発火するの？ リチウムイオン電池は、内部に可燃性の電解液を含んでいるため、外部からの衝撃や過充電、ショートなどにより、発火や爆発を起こしやすい性質があります。



事前に確認

- ☐ リコール対象製品でないか、リコール情報を確認。
- ☐ 新規に購入する際は、PSE マークを必ず確認。



安全基準
マーク

使用時の注意

- ☐ 強い衝撃、圧力を加えたり高温の環境に放置しない。
- ☐ 充電中は周囲に可燃物を置かない。
- ☐ 充電コネクタの破損や水濡れに注意する。
- ☐ 膨らんでいる、熱くなっている、変な臭いがする
など、異常を感じたら使用を中止する。



使用済みの電池

- ☐ リチウムイオン電池は一般ゴミに出さず、
回収ボックスやリサイクル協力店へ。



回収、再資源化は「一般社団法人JBRC」の
リサイクル協力店で実施しています。
(二次元コード参照)



リサイクル

令和7年度 高齢者インフルエンザ予防接種のご案内

インフルエンザについて	インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気です。38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が突然現れます。 また、普通の風邪と同じように、のどの痛み、鼻汁、咳などの症状も見られます。 高齢者や免疫力の低下している方では肺炎等を併発し、重症になることがあります。
1 対象者	横浜市内に住民登録があり、接種日現在で次の(1)(2)のいずれかに該当する方 (1) 65 歳以上の方 (2) 60 歳以上 65 歳未満の方で、<u>心臓、じん臓、呼吸器の機能、又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に 1 級相当の障害のある方</u>
2 実施期間	令和 7 年 10 月 1 日 から 令和 7 年 12 月 31 日 まで ※「横浜市高齢者インフルエンザ予防接種協力医療機関」の休診日を除く。
3 接種場所	横浜市高齢者インフルエンザ予防接種協力医療機関（以下「協力医療機関」） 【ご注意】◆協力医療機関以外での接種は、この事業の対象とはなりません。 ◆接種日時は協力医療機関によって異なりますので、必ず事前に電話などで確認してください。（予約が必要な場合もあります。） ◆協力医療機関名簿は、横浜市医療局のホームページで確認してください。 → 横浜市 高齢者インフル 検索
4 接種費用	2,300 円（医療機関でお支払いください） ◆次の(1)～(3)のいずれかに該当する方は、接種する際に、<u>所定の書類を医療機関にご提出していただくことにより、無料で接種を受けることができます。</u>（詳細は 3 ページ） (1) ご本人を含む同じ世帯にいる方全員が市民税非課税の方 (2) 生活保護を受けている方 (3) 中国残留邦人等の方で、支援給付を受けている方 <u>実施期間を過ぎると 2,300 円又は無料で接種を受けることができなくなります</u>
5 接種に必要なもの	住所・氏名・年齢を確認できるもの（運転免許証や健康保険証など） < 1 対象者(2)に該当する方は、1 級の身体障害者手帳（身体障害者手帳申請中の場合は、申請時に提出した身体障害者診断書・意見書の写し）。 > < 4 接種費用免除対象者に該当する方は、所定の書類（詳細は 3 ページ） >
6 接種回数	1 回 （2 回接種した場合、2 回目は全額自己負担となります。）
7 新型コロナワクチンとの接種間隔について	<u>インフルエンザワクチンと、新型コロナウイルスワクチンとの同時接種については、特に医師が必要と認めた場合に可能です。また、接種間隔に制限はありません。</u>

1 インフルエンザ予防接種の有効性

インフルエンザ予防接種は、高齢者の発病防止や特に重症化防止に有効であることが確認されています。予防接種後、免疫がつくまで2週間程度かかり、ワクチンの免疫効果は約5か月といわれています。通常、流行期は12月中旬以降とされていますが、流行が早まる可能性もあるため、早めの接種が効果的です。

2 予防接種を受ける前に ～必ずお読みください～

(1) 一般的な注意事項

- ア インフルエンザ予防接種は、ご本人が接種を希望する場合に接種を行いますので、有効性や副反応等を十分に理解した上で接種を受けてください。
- イ 最終的にご本人の意思確認ができなかった場合には、本市の費用助成による接種を受けることはできません。
- ウ 市外の医療機関での接種を希望する場合は、予防接種健康被害救済制度の適用を受けるにあたり、接種前に横浜市が発行する「予防接種実施依頼書」の申請が必要になります。詳細については、お住まいの区の福祉保健課にお尋ねください。ただし、接種費用は全額自己負担となります。

(2) 予防接種を受けることが適当でない方

- ア 明らかな発熱（37.5度以上）を呈している方
- イ 重篤な急性疾患にかかっていることが明らかな方
- ウ インフルエンザワクチンの接種液の成分によって、アナフィラキシー^(※)を起こしたことがある方
（※アナフィラキシー：通常、接種後約30分以内に起こる激しいアレルギー反応のこと）
- エ インフルエンザの予防接種で、接種後2日以内に発熱のみられた方及び全身性発疹等のアレルギーを疑う症状を呈したことがある方
- オ その他、医師が不適当な状態と判断した方

(3) 予防接種を受ける際に、担当医師とよく相談しなくてはならない方

- ア 心臓血管系疾患、じん臓疾患、肝臓疾患、血液疾患等の基礎疾患のある方
- イ 過去にけいれんの既往のある方
- ウ 過去に免疫不全と診断されている方及び近親者に先天性免疫不全症の方がいる方
- エ 間質性肺炎、気管支喘息等の呼吸器系疾患のある方
- オ インフルエンザワクチンの成分に対してアレルギーを呈する恐れのある方

(4) 予防接種を受けた後の一般的な注意事項

- ア 接種後30分間は急な副反応が起こることがあるため、医師とすぐに連絡を取れるようにしておきましょう。
- イ インフルエンザワクチンの副反応の多くは24時間以内に出現するため、この間は体調に注意しましょう。
- ウ 入浴は差し支えありませんが、注射した部位を強くこすることはやめましょう。
- エ 接種当日は激しい運動や大量の飲酒は避けましょう。

3 インフルエンザ予防接種の副反応

局所の発赤、腫脹、疼痛などが主な副反応です。全身反応として、発熱、悪寒、頭痛、倦怠感、嘔吐・吐き気、下痢、食欲減退、関節痛、筋肉痛等がありますが、通常2～3日中に消失します。過敏症としてまれに発疹、じんましん、紅斑、そう痒感等があります。また、ごくまれにショック、アナフィラキシー、急性散在性脳脊髄炎（ADEM）、ギラン・バレー症候群、けいれん（熱性けいれんを含む）、肝機能障害、黄疸、喘息発作、血小板減少性紫斑病、血小板減少症、血管炎、間質性肺炎、脳炎・脳症、脊髄炎、皮膚粘膜眼症候群、ネフローゼ症候群、急性汎発性発疹性膿疱症、視神経炎、振戦等の報告があります。

接種後、接種した部位が痛みや熱をもってひどくはれたり、全身のじんましん、繰り返す嘔吐、顔色の悪さ、血圧低下、高熱などが現れたら、医師の診察を受けてください。

4 予防接種健康被害救済制度について

予防接種の副反応により、医療機関での治療が必要になる、生活に支障が出るような障害を残すなどの健康被害が生じた場合には、予防接種法に基づく補償を受けられる場合があります。予防接種による健康被害が生じた場合の手続きについては、各区福祉保健課健康づくり係にお問い合わせください。

5 接種費用の免除について

～免除対象者であることを確認できる書類が必要です～

次のア～ウに該当する方は、必要書類を協力医療機関へ提出することで、接種費用（2,300円）が免除されます。

対象となる方	必要な書類（接種を受ける方の分に限ります）
ア ご本人を含む世帯全員が市民税非課税世帯の方	①「介護保険料額決定通知書」の写し （65歳以上の方に毎年6月中旬～下旬に送付されます。） ②「介護保険料額通知書」の写し （新たに横浜市の介護保険に加入された65歳以上の方や、介護保険料額が変更となった方に発送されます。） ③「介護保険負担限度額認定証」の写し （利用者負担第1段階～第3段階①または②の方が対象です。） ④（75歳以上のみ）「後期高齢者医療資格確認書」の写し（区分Ⅰ及び区分Ⅱの方が対象です。）※マイナ保険証をお持ちで、限度額情報の提供に同意した場合には写し不要
イ 生活保護を受けている方	⑤「休日・夜間等診療依頼証」の写し ⑥「生活保護費支給証」の写し ⑦「生活保護受給証明書」（原本に限る） ※生活保護法の指定医療機関制度の対象者が対象医療機関で接種する場合は、上記写し等不要
ウ 中国残留邦人等の方で、支援給付を受けている方	⑧「本人確認証」の写し
【ご注意】①②⑤⑥については令和7年度（2025年度）のもの、③については適用期間が令和7年8月1日以降のもの、④については交付年月日が令和7年8月1日以降のものをご用意ください。	

※ア～ウの条件に該当するが、①～⑧の書類がお手元にない場合

「高齢者インフルエンザ予防接種自己負担免除対象者確認書」の交付を受けてください。

令和7（2025）年1月1日時点で、本人含む世帯員の中で横浜市外在住の方がいる場合は、手続き内容が変わります。詳しくは各区福祉保健課健康づくり係までお問い合わせください。

	区役所窓口での申請	郵送での申請
申請先	各区福祉保健課（健康づくり係）	医療局健康安全課
受付期間	10月1日（水）～12月26日（金） （※土・日・祝日を除く）	10月1日（水）～12月5日（金） （※12月5日までの消印有効）
持ち物・ 手続方法	接種を受ける方の住所・氏名・年齢・生年月日を確認できるもの （60歳～64歳の方は、1ページ「1 対象者」に記載された障害の1級の身体障害者手帳（手帳申請中の場合は、申請時に提出した身体障害者診断書・意見書の写し））	① 横浜市医療局ホームページに掲載の専用の様式を印刷して、必要事項を記入します。または、便せんなどの用紙に、「高齢者インフルエンザ予防接種自己負担免除申請」及び「自己負担免除の確認となる対象者及びその属する世帯員の市・県民税の課税状況等について調査することに同意します」と明記し、接種を受ける方の住所、氏名（フリガナ）、生年月日、年齢、電話番号を記入します。 ② 返信用の封筒を用意し、住所、氏名、郵便番号を記入し、必要な金額分の切手を貼付します。（高齢者施設等入所者分の一括申請の場合も、郵送料相当の切手を貼付します。） ③ 上記①②を封筒に入れ、横浜市医療局健康安全課（住所は4ページ下部）に送付します。
代理申請	【同一世帯員の場合】 上記＋代理人の方の本人確認書類 【同一世帯員以外の場合】 上記＋代理人の方の本人確認書類 ＋接種を受ける方の印鑑または委任状	・委任状 ・接種を受ける方の本人確認書類の写し ・代理人の本人確認書類
発行までの期間	原則として申請当日	10日～2週間程度

予防接種に関するご質問にお答えします。お気軽にご相談ください。

横浜市予防接種コールセンター

電話：045-330-8561

FAX：045-664-7296

午前9時～午後5時(土日・祝日、年末年始除く)

対応言語：日本語、English、中文、한국어、Tiếng Việt、नेपाली

■各区福祉保健課 健康づくり係

開庁日：月～金曜日（祝日・年末年始を除く）

受付時間：8:45～17:00（窓口） / 8:45～17:15（電話）

青葉	☎ 978-2438	FAX 978-2419	瀬谷	☎ 367-5744	FAX 365-5718
旭	☎ 954-6146	FAX 953-7713	都筑	☎ 948-2350	FAX 948-2354
泉	☎ 800-2445	FAX 800-2516	鶴見	☎ 510-1832	FAX 510-1792
磯子	☎ 750-2445	FAX 750-2547	戸塚	☎ 866-8426	FAX 865-3963
神奈川	☎ 411-7138	FAX 316-7877	中	☎ 224-8332	FAX 224-8157
金沢	☎ 788-7840	FAX 784-4600	西	☎ 320-8439	FAX 324-3703
港南	☎ 847-8438	FAX 846-5981	保土ヶ谷	☎ 334-6345	FAX 333-6309
港北	☎ 540-2362	FAX 540-2368	緑	☎ 930-2357	FAX 930-2355
栄	☎ 894-6964	FAX 895-1759	南	☎ 341-1185	FAX 341-1189

■横浜市医療局ホームページ

高齢者インフルエンザ予防接種に関する情報が掲載されています。



QRコードが読み取れない場合は

横浜市 高齢者インフル

検索

◆インフルエンザの予防のために◆ ～普段から日常生活にも気を配ることが有効です～
インフルエンザは、咳やくしゃみを介して感染します。手洗いをはじめ、次のようなことにも注意して、普段からインフルエンザの予防を心掛けましょう。

○こまめな手洗い

…食事前、帰宅後はせっけんで手を洗いましょう。

○十分な睡眠とバランスのよい食事

…よい健康状態を保ち、免疫力低下を防ぎましょう。

○適度な湿度（50～60％）を保つ

…のどの粘膜の防衛機能低下を防ぎましょう。

○人混みや繁華街への外出を控える

…乾燥状態になりやすい冬場はウイルスに接触する機会が多くなります。

インフルエンザにかかるリスクを下げるためにも、早めに予防接種を受けましょう。

令和7年度 新型コロナウイルス予防接種のご案内

新型コロナウイルス感染症について	新型コロナウイルス感染症（COVID-19）は、SARS-CoV-2 と呼ばれるコロナウイルスによって引き起こされる疾患です。 主な症状は、のどの痛み、せき、鼻水・鼻づまり、体のだるさ、発熱、筋肉痛などですが、高齢者や基礎疾患のある方では、肺炎等を併発し、重症になることがあります。
1 対象者	横浜市内に住民登録があり、接種日現在で次の(1) (2)のいずれかに該当する方 (1) 65 歳以上の方 (2) 60 歳以上 65 歳未満の方で、<u>心臓、じん臓、呼吸器の機能、又はヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に1級相当の障害のある方</u>
2 実施期間	令和7年10月1日 から 令和8年2月28日 まで ※「横浜市新型コロナウイルス感染症予防接種協力医療機関」の休診日を除く。
3 接種場所	横浜市新型コロナウイルス感染症予防接種協力医療機関（以下「協力医療機関」） 【ご注意】◆協力医療機関以外での接種は、この事業の対象とはなりません。 ◆接種日時は協力医療機関によって異なりますので、必ず事前に電話などで確認してください。（予約が必要な場合もあります。） ◆協力医療機関名簿は、横浜市医療局のホームページで確認してください。 → 横浜市 新型コロナワクチン 検索
4 接種費用	7,000 円（協力医療機関でお支払いください） ◆次の(1)～(3)のいずれかに該当する方は、接種する際に、<u>所定の書類を協力医療機関にご提出していただくことにより、無料で接種を受けることができます。</u>（詳細は3ページ参照） (1) ご本人を含む同じ世帯にいる方全員が市民税非課税の方 (2) 生活保護を受けている方 (3) 中国残留邦人等の方で、支援給付を受けている方 実施期間以外は7,000円又は無料で接種を受けることができなくなりますのでご注意ください。
5 接種に必要なもの	住所・氏名・年齢を確認できるもの（運転免許証や健康保険証など） < 1 対象者(2)に該当する方は、1級の身体障害者手帳（身体障害者手帳申請中の場合は、申請時に提出した身体障害者診断書・意見書の写し） > < 4 接種費用免除対象者に該当する方は、所定の書類（詳細は3ページ） >
6 接種回数	1 回 （2回以上接種した場合、2回目以降は全額自己負担となります。）
7 他のワクチンとの接種間隔について	<u>インフルエンザワクチン等の他のワクチンとの同時接種については、特に医師が必要と認めた場合に可能です。また、接種間隔に制限はありません。</u>

1 新型コロナウイルス感染症予防接種の有効性

新型コロナワクチンについては、有効性や安全性が確認された上で薬事承認されており、さらに、国内外で実施された研究などにより、新型コロナウイルス感染症にかかった場合の入院や死亡等の重症化等を予防する重症化予防効果が認められたと報告されています。

2 予防接種を受ける前に ～必ずお読みください～

(1) 一般的な注意事項

- ア 新型コロナウイルス感染症予防接種は、ご本人が接種を希望する場合に接種を行いますので、有効性や副反応等を十分に理解した上で接種を受けてください。
- イ 最終的にご本人の意思確認ができなかった場合には、本市の費用助成による接種を受けることはできません。
- ウ 市外の医療機関での接種（定期接種）を希望する場合は、接種前に横浜市が発行する「予防接種実施依頼書」の申請が必要になります。詳細については、お住まいの区の福祉保健課にお尋ねください。ただし、接種費用は全額自己負担となります。

(2) 予防接種を受けることが適当でない方

- ア 明らかな発熱(37.5℃以上)を呈している方
- イ 重篤な急性疾患にかかっていることが明らかな方
- ウ ワクチンの成分に対し、アナフィラキシーなど重度の過敏症の既往歴のある方
- エ その他、医師が不適当な状態と判断した方

(3) 予防接種を受ける際に、担当医師とよく相談しなくてはならない方

- ア 血小板減少症又は凝固障害を有する方、抗凝固療法を施行している方
- イ 過去に免疫不全の診断がなされている方及び近親者に先天性免疫不全症の方がいる方
- ウ 心臓血管系疾患、腎臓疾患、肝臓疾患、血液疾患、発育障害等の基礎疾患を有する方
- エ 予防接種で接種後2日以内に発熱のみられた方及び全身性発疹等のアレルギーを疑う症状を呈したことがある方
- オ 過去にけいれんの既往のある方
- カ ワクチンの成分に対して、アレルギーを呈するおそれのある方
- キ 腎機能障害を有する方、肝機能障害を有する方、妊婦、授乳婦、高齢者

(4) 予防接種を受けた後の一般的な注意事項

- ア 接種後30分間は急な副反応が起こることがあるため、体調を十分に確認し、異変を感じた場合には、速やかに医師とご相談ください。
- イ 注射した部位は清潔に保つようにし、接種当日の入浴は問題ありませんが、注射した部分はこすらないようにしてください。また、接種後に体調が悪い時は無理をせず、入浴は控える等、様子を見るようにしてください。
- ウ 通常の生活は問題ありませんが、当日の激しい運動や過度の飲酒等は控えてください。

3 新型コロナウイルス感染症予防接種の副反応

新型コロナワクチンの主な副反応として、接種後に注射した部分の痛み、疲労、頭痛、筋肉や関節の痛み、寒気、下痢、発熱等があります。こうした症状の大部分は、接種後数日以内に回復しています。

また、稀に起こる重大な副反応として、ショックやアナフィラキシー、ごく稀ではあるものの、ワクチン接種後に心筋炎や心膜炎、ギラン・バレー症候群が報告されています。接種後に気になる症状があった場合は、接種医あるいはかかりつけ医に相談してください。

4 予防接種健康被害救済制度について

予防接種の副反応により、医療機関での治療が必要になる、生活に支障が出るような障害を残すなどの健康被害が生じた場合には、予防接種法に基づく補償を受けられる場合があります。予防接種による健康被害が生じた場合の手続きについては、各区福祉保健課健康づくり係にお問い合わせください。

5 接種費用の免除について

～免除対象者であることを確認できる書類が必要です～

次のア～ウに該当する方は、必要書類を協力医療機関へ提出することで、接種費用（7,000円）が免除されます。

対象となる方		必要な書類（接種を受ける方の分に限ります）
ア	ご本人を含む世帯全員が 市民税非課税世帯の方	① 「介護保険料額決定通知書」の写し (65歳以上の方に毎年6月中旬～下旬に発送されます。)
		② 「介護保険料額通知書」の写し (新たに横浜市の介護保険に加入された65歳以上の方や、 介護保険料額が変更となった方に発送されます。)
		③ 「介護保険負担限度額認定証」の写し (利用者負担第1段階～第3段階①または②の方が対象です。)
		④ 「(75歳以上のみ)後期高齢者医療資格確認書」の写し(区分Ⅰ及び区分Ⅱの方が対象です。)※マイナ保険証をお持ちで、限度額情報の提供に同意した場合には写し不要
イ	生活保護を受けている方	⑤ 「休日・夜間等診療依頼証」の写し ⑥ 「生活保護費支給証」の写し
		⑦ 「生活保護受給証明書」(原本に限る) ※生活保護法の指定医療機関制度の対象者が対象医療機関で接種する場合は、上記写し等不要
ウ	中国残留邦人等の方で、 支援給付を受けている方	⑧ 「本人確認証」の写し
【ご注意】①②⑤⑥については令和7年度(2025年度)のもの、③については適用期間が令和7年8月1日以降のもの、④については交付年月日が令和7年8月1日以降のものをご用意ください。		

※ア～ウの条件に該当するが、①～⑧の書類がお手元でない場合

「新型コロナウイルス感染症予防接種自己負担免除対象者確認書」の交付を受けてください。

令和7(2025)年1月1日時点で、本人含む世帯員の中で横浜市外在住の方がいる場合は、手続き内容が変わります。詳しくは各区福祉保健課健康づくり係までお問い合わせください。

	区役所窓口での申請	郵送での申請
申請先	各区福祉保健課(健康づくり係)	医療局健康安全課
受付期間	10月1日(水)～令和8年2月27日(金) (※土・日・祝日を除く)	10月1日(水)～令和8年2月6日(金) (※令和8年2月6日までの消印有効)
持ち物・ 手続方法	接種を受ける方の住所・氏名・生年月日を確認できるもの (60歳～64歳の方は、1ページ「1対象者」に記載された障害の1級の身体障害者手帳(身体障害者手帳申請中の場合は、申請時に提出した身体障害者診断書・意見書の写し))	① 横浜市医療局ホームページに掲載の専用の様式を印刷して、必要事項を記入します。または、便せんなどの用紙に、「新型コロナウイルス感染症予防接種自己負担免除申請」及び「自己負担免除の確認となる対象者及びその属する世帯員の市・県民税の課税状況等について調査することに同意します」と明記し、接種を受ける方の住所・氏名(フリガナ)、生年月日、年齢、電話番号を記入します。 ② 返信用の封筒を用意し、住所、氏名、郵便番号を記入し、必要な金額分の切手を貼付してください。(高齢者施設等入所者分の一括申請の場合は、郵送料相当の切手を貼付します。) ③ 上記①②を封筒に入れ、横浜市医療局健康安全課(住所は4ページ下部)に送付します
代理申請	【同一世帯員の場合】 上記+代理人の方の本人確認書類 【同一世帯員以外の場合】 上記+代理人の方の本人確認書類 +接種を受ける方の印鑑または委任状	・委任状 ・接種を受ける方の本人確認書類の写し ・代理人の本人確認書類
発行までの期間	原則として申請当日	10日～2週間程度

予防接種に関するご質問にお答えします。お気軽にご相談ください。

横浜市予防接種コールセンター

電話：045-330-8561

FAX：045-664-7296

午前9時～午後5時(土日・祝日、年末年始除く)

対応言語：日本語、English、中文、한국어、Tiếng Việt、नेपाली

■各区福祉保健課 健康づくり係

開庁日：月～金曜日（祝日・年末年始を除く）

受付時間：8:45～17:00（窓口） / 8:45～17:15（電話）

青 葉	☎ 978-2438	F A X 978-2419	瀬 谷	☎ 367-5744	F A X 365-5718
旭	☎ 954-6146	F A X 953-7713	都 筑	☎ 948-2350	F A X 948-2354
泉	☎ 800-2445	F A X 800-2516	鶴 見	☎ 510-1832	F A X 510-1792
磯 子	☎ 750-2445	F A X 750-2547	戸 塚	☎ 866-8426	F A X 865-3963
神 奈 川	☎ 411-7138	F A X 316-7877	中	☎ 224-8332	F A X 224-8157
金 沢	☎ 788-7840	F A X 784-4600	西	☎ 320-8439	F A X 324-3703
港 南	☎ 847-8438	F A X 846-5981	保土ヶ谷	☎ 334-6345	F A X 333-6309
港 北	☎ 540-2362	F A X 540-2368	緑	☎ 930-2357	F A X 930-2355
栄	☎ 894-6964	F A X 895-1759	南	☎ 341-1185	F A X 341-1189

■横浜市医療局ホームページ

新型コロナウイルス感染症予防接種に関する情報が掲載されています。



QRコードが読み取れない場合は

横浜市 新型コロナワクチン

検索

※最新の情報は横浜市ホームページを参照してください。

◆新型コロナウイルス感染症の予防のために◆ ～普段から日常生活にも気を配ることが有効です～

新型コロナウイルス感染症は、咳やくしゃみを介して感染します。手洗いをはじめ、次のようなことにも注意して、普段から新型コロナウイルス感染症の予防を心掛けましょう。

○換気

…換気には、「機械換気(換気扇)」または「自然換気(窓開け)」があります。

○手洗い・手指消毒

…せっけんで手を洗いましょう。また、アルコールでの手指消毒も有効です。

○マスク着用

…マスク着用は自己判断ですが、受診時や人混みなどではマスクを着用しましょう。

新型コロナウイルス感染症にかかるリスクを下げるためにも、早めに予防接種を受けましょう。

無料

～ 健康は健口(けんこう)から～

先着**480**名限定

訪問歯科健診

この事業は、横浜市の令和7年度在宅要介護者訪問歯科健診事業により実施します。

《事業実施期間》

令和7年9月1日～令和8年1月31日

加齢に伴う口腔機能の低下は、感染症の発症や嚥下障害など高齢者の**ADL**（日常生活動作）に大きく影響します。

そこで、通院が困難な在宅高齢者を対象に、訪問歯科健診を行うことにより、早期対応及び口腔機能の改善を図ります。

◆実施内容

◇対象者：・市内在住で歯科健診に行くことができない75歳以上（神奈川県後期高齢者医療制度対象者）で**要介護3以上※の方**

※ **要支援1・2、要介護1・2の方は、内科等の定期的な訪問診療を受けている場合に本事業の対象となります。**

・現在、医療保険や介護保険において歯科に関する治療・管理を受けている方は対象外

◇内容：無料で、歯科医師によるむし歯、歯周病のチェック、お口の機能のチェック、歯科衛生士による歯みがきアドバイス等を行います。

*むし歯等の問題が見つかった場合で、診療、治療につながった場合は、保険診療となります。

◇自己負担：**無 料**

◇申込方法：下記問合せ先までお電話・申込書(裏面)に必要事項をご記入のうえFAXにてお申し込み下さい。

「訪問歯科健診」に関する問合せ・申込は
(一社)横浜市歯科医師会 歯科医療連携室
電話:0120-814-594 FAX:0120-458-557



一在宅要介護者訪問歯科健診事業一
横浜市・(一社)横浜市歯科医師会



在宅要介護者訪問歯科健診連絡表

【申込日】令和 年 月 日

申込者氏名			
患者さんとの関係	☐ 家族 () ☐ 担当ケアマネージャー ☐ その他 ()		
電話番号		FAX番号	

利用者(患者)氏名	ふりがな		男・女	
生年月日	年 月 日 満 歳			
住 所	〒 横浜市 区			
電話番号				
介護認定	☐ 要支援1 ☐ 要支援2 ☐ 要介護1 ☐ 要介護2  ☐ 医科の訪問診療介入有 ☐ 要介護3 ☐ 要介護4 ☐ 要介護5			
・生活保護	☐ 有 ☐ 無	・医療保険	☐ 有 ☐ 無	
・障害者手帳	☐ 有 ☐ 無			
・かかりつけ歯科医	☐ 有 ☐ 無	・かかりつけ主治医	☐ 有 ☐ 無	
医院・医師名	電話番号	医院・医師名	電話番号	
患者さんの状態(環境) ☐ 寝たきり ☐ 寝たり起きたり ☐ 自力で移動できる ☐ 移動に介助が必要				
訪問健診希望曜日		駐車スペース		
	月 火 水 木 金 土 日	☐ 有 ☐ 無		
午前				
午後				

FAX 0120-458-557
横浜市歯科医師会 歯科医療連携室

ニューズレター News letter vol.06



都筑スタイル 学び合い交流セミナーを開催しました

「強くあたたかい組織（コミュニティ）づくり」をテーマに実践的なマネジメントのヒントや新たな仲間の巻き込み方について学びました。その様子をレポートします。

地域活動の輪が つながる、広がる、深まる！

都筑区を拠点とする地域活動団体と自治会町内会のマッチングを目的とした「まちづくり交流会」がスタートします。





講師 呉 哲煥 (ご てつあき) さん



レポート

学び合い交流セミナー [6月21日(土)]

都筑区役所にて「学び合い交流セミナー」が開催され、自治会町内会から27名が参加しました。今回のテーマは「強くあたたかい組織(コミュニティ)づくり」。講師を務めたのは、NPO・市民活動・サークル活動など非営利組織のマネジメント支援を行っている呉哲煥さん(NPO法人 CRファクトリー代表理事)。

セミナー前半では、現代社会が抱える課題と非営利組織の悩みを共有しながら、「コミュニティマネジメントの基本原則」について学びました。呉さんは、「主体と客体が交代・融

合するのがコミュニティ」「メンバーに役割と出番をコーディネートする」「人はコストをかけた分だけ愛着がわく」「お金以外の報酬に着目する」といった重要なキーワードを提示。個人ワークを通じて、参加者それぞれが自らの活動を振り返り、理解を深めました。

後半では、「人をうまく巻き込めない」という多くの自治会に共通する課題に対し、段階的に巻き込んでいく流れを紹介。参加者はワークシートを活用し「すでに取り組んでいること」と「これから取り組むこと」を具体的

に設計しました。

最後に、「理念共感」「自己有用感」「居心地の良さ」の3つの要素を軸に強くあたたかいコミュニティの構築についてレクチャーを受け、グループワークを通じて、活発な意見交換が行われました。

今回のセミナーは、地域コミュニティをより強く、よりあたたかいものにするための具体的なヒントや大きな示唆を与えてくれました。参加者一人ひとりが得た学びを、今後の地域活動に活かしていくことが期待されます。

参加された方のコメント

- 楽しく活気がありスピーディーで成果の上がる組織づくりに有益、勉強になった。
- これまで取り組んできた自治会活性化の取組みを客観的に確認でき、方向性が整理できた。
- 考えていることを実現するためのヒントになる言葉をたくさん得られた。
- ふだん感じていることが言語化されて、次のアプローチを考えやすくなった。
- ワークシートは役員にも共有し、書いてもらいたい。





コーディネーター 秋本 創さん



レポート

café ミーティング 【令和7年3月9日(日)】

都筑区役所にて「café ミーティング」が開催されました。今回のメインプログラムは、これまでに都筑スタイルを通じて活動の魅力アップや課題解決に取り組んだ自治会町内会のデジタル化に関する実践事例の発表。コーディネーターは、都筑スタイルアドバイザー派遣の講師経験もある秋本創さん（NPO法人埼玉情報センター事務局次長）。

前半の「都筑スタイル実践報告」では、桜並木町内会、牛久保町内会、茅ヶ崎南 MGCRS 連合自治会が、自治会の課題に対してデジタル活用して推進してきた事例を紹介。また、情報発信に積極的に取り組む NPO 法人こども応援ネットワーク縁（ゆかり）ハウスの担当者も登壇し、それぞれの取り組みについて語っていただきました。

続くトークセッションでは秋本さんから「デジタル化に取り組んでみて実感した効果は?」「課題に対してどのように乗り越えたか?」といった問いが投げかけられ、登壇者は、一言で表現したパネルを掲げながら発表。「タイムリーな情報発信」「無理ならやめる」など、実践者ならではのリアルな声が共有され、会場は終始和やかな雰囲気になりました。

途中、区内で活動するシェアリーカフェ（NPO法人 I Love つづきが運営）によるコーヒーの提供もあり、参加者はリラックスした雰囲気の中で交流を深めました。

後半の「みんな de トーク」では、デジタルを活用した地域のつながり方についてグループに分かれて意見交換を実施。前半の事例を参考にしながら活発な意見が交わされました。

一日を通じて、デジタルの活用は“目的ではなく手段”であり、そして“取り組みのゴールではなくスタート”であることを改めて実感する機会となりました。



まちづくり交流会「つながるマッチング会」開催!



地域活動団体と自治会町内会のマッチングを目的とした「まちづくり交流会」を開催します。住民同士の交流につながる地域イベントをテーマに、地域活動者と自治会が交流し、新たなつながりを生み出す機会をつくります。

参加予定団体 (企画の詳細はホームページに公開中!)

- 都筑ペット防災を考える会 都筑ペット防災ワークショップ
- 37'scafé 備蓄食材で防災食を作ってみよう!
- NPO 法人 I Love つづき 自治会活動に役立つ「スマホいのは講座」
- NPO 法人テレワークセンター横浜 つづきものづくり体験
- 成田直行さん ボードゲームで遊ぼう!
- 都筑天文クラブ 天体観望会 / ワークショップ

マッチング会

地域活動団体によるプレゼンと自治会との意見交換

9月27日(土)

活動交流

活動見学やイベントの実施に向けた打合せ等の実施

10月~2月頃

発表会

マッチングの過程や成果などを地域向けに報告

令和8年3月頃



都筑スタイル
ホームページ

横浜地域活動・ボランティア情報サイト “よこむすび”のご紹介

「よこむすび」は、自治会町内会、NPO 法人、ボランティア団体など、地域で活動する団体のイベント情報やボランティア募集情報を集めたポータルサイトです。

自治会町内会をはじめ市民の皆さんの情報収集の場として、ぜひご利用ください。発信できる団体は、現在、以下のとおりとしています。

青葉区・都筑区の自治会町内会、公園愛護会、市民活動支援センター登録団体、地区社会福祉協議会、ハマロード・サポーター、水辺愛護会 ※対象区・団体は今後拡大予定です。

よこむすびでできること

① イベントをさがす

横浜市内の活動団体が開催するイベント情報を検索できます。新しい学びや体験、仲間さがしに活用してください。

② ボランティア募集をさがす

横浜市内を中心とした、ボランティア募集情報を検索できます。エリアや活動分野から、ご自身に合った活動を見つけてください

③ 団体をさがす

横浜市内に拠点を置く活動団体を検索できます。興味のある団体が見つかったら、その団体が開催しているイベントやボランティア活動に参加してみましょう。



よこむすび
横浜地域活動・ボランティア情報サイト

〈掲載例〉 団体をさがす



中川東町内会

都筑区 自治会町内会
港北ニュータウンイオ自治会

都筑区 自治会町内会
中川東町内会

詳しくはよこむすびの
ホームページをご覧ください



お問合せ
都筑区地域振興課 区民活動センター
電話：045-948-2237

ふれあいくん

葛が谷地域ケアプラザ広報紙 10・11月号

Vol.
115



参加費
無料

令和7年度
葛が谷地域ケアプラザ
チームオレンジ事業

令和7年10月1日発行
横浜市葛が谷地域ケアプラザ
住所：都筑区葛が谷16-3
代表電話：045-943-5951
発行責任者：川田 将之

わたしのとなりに 認知症

～ 家族や地域そして本人ができること ～



人気ブロガー
「カータン」をお招き
して、介護・認知症の
体験談、さらに、
あんなことや
こんなことをお話し
いただきます！



認知症の本人とともに暮らしやすい まち をつくろう

12/14(日)

13:30-15:00

※開場13:15～

会場：葛が谷地域ケアプラザ
対象：どなたでも
定員：40名（申込制先着順）
※定員に達し次第終了

申込方法：電話または窓口

申込期間：10/15(水)9:00～
12/7(日)

講師：カータン プロフィール

2007年 3月 ブログ『あたし・主婦の頭の中』開始。
2008年 3月 JAPAN BLOG AWARD 2008 総合グランプリ受賞。
2015年12月 ライブドアブログ OF THE YEAR2015 最優秀グランプリ賞
著書『健康以下、介護未満 親のトリセツ』『お母さんは認知症、お父さんは
老人 ホーム介護ど真ん中!親のトリセツ』等

【問合せ・申込先】

社会福祉法人 横浜市社会福祉協議会

横浜市葛が谷地域ケアプラザ

住所：横浜市都筑区葛が谷16-3

電話：045-943-5951

地域の活動紹介

葛が谷地域ケアプラザが担当する地区では、住民同士の交流・つどいの場や健康づくりへの取組などの地域活動が盛んに行われています。身近な地域で楽しんだり元気になれる場所をご紹介します。

ケアプラザ職員も伺っておりますので、ご相談等がございましたらお気軽にお声がけください。

地域の夏祭りが開催されました！

葛が谷地域ケアプラザが担当する地域では、7月～8月にかけて夏祭りが開催されました。どの地区のお祭りも、子どもから高齢者までたくさんの地域住民が集まり、楽しいひとときを過ごしました。毎年恒例の子どもみこしや、やぐらを囲んだ盆踊りの姿がとても華やかでした。

また、自治会や地域の各団体、ボランティアなどが連携しさまざまな模擬店、ビンゴ大会やじゃんけん大会を実施し、地域全体が一体となって祭りを盛り上げていました。

地域の絆を深める夏のイベントとして「また来年も楽しみ」という声が多く聞かれていました。地域の活力が感じられる素晴らしい一日でした。



自主事業の報告

「庭木のお手入れ講座」開催



令和7年8月30日(土)、葛が谷地域ケアプラザ多目的ホールにて、地域住民を対象に「庭木のお手入れ講座」を開催しました。

横浜マイスターを講師に迎え、木々の性質や剪定のコツなど、映像を交えながらお話しいただきました。

横浜マイスター
木下先生

当日は、住民同士のちょっとしたお手伝いをする「生活支援ボランティアグループ」の活動員の方々も勉強会として参加し、剪定ボランティア活動での質問もたくさんいただきました。

参加者の皆さんは熱心に耳を傾け、メモを取る姿が印象的でした。



さまざまな剪定道具の紹介・実演をしていただきました

事業・講座のご案内

手芸サロン

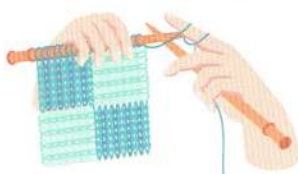
毎月第4水曜日 13:30~15:00

編み物や刺しゅう等、一緒に楽しみませんか。

日時: 10月22日(水)

11月26日(水)

対象: どなたでも



※初参加の場合は要申込
※材料や道具は各自持参

子育てサロン きらきら

イベントを通じて友だちづくり
や情報交換をするための地域の
サロンです。

毎月第3金曜日 10:00~

定員: 13組(事前申込先着順)

対象: 未就園児とその保護者(きょうだい児の参加可)

参加費無料

10月17日(金) 10:00~11:00

出張 親子の広場 ぷらっとカフェ

「リズム体操」講師: 木村 博子氏

元気をもらえる
先生です

共催: ふれあいの丘地区社会福祉協議会

協力: NPO法人 りんぐりんく

: ふれあいの丘地区 民生児童委員

申し込み用二次元コード
(申込開始 9月19日 11:30~)



11月21日(金) 10:00~11:00

はじめてのコンサート「ママゴスペル詩音」

ゴスペル曲の他、みんなが

知ってる大好きな歌を歌って
くれます♪ 泣いても大丈夫!

申し込み用二次元コード
(申込開始 10月17日 11:30~)



きらきらスペース 親子体操

参加費 ¥500

10月19日(日) 10:00~11:30

11月16日(日) 10:00~11:30

定員: 10組(事前申込先着順)

対象: おおむね2~3歳のお子様と

その保護者(きょうだい児の参加可)



▲申込用
二次元コード

体を
動かして
リフレッシュ
しましょう!



パパ育児応援講座

参加費無料

パパも育児を楽しもう! パパ同士で交流してみませんか?

日程: 11月29日(土) 子どもにウケる! 絵本の読み聞かせ
& 仕事子育て両立方法 等

時間: 10:00~11:30

講師: 山本 博之氏(全日本育児普及協会認定講師)

対象: パパと0歳~3歳くらいまでのお子様

(ママ、きょうだい児の参加可)

定員: 8組(各回事前申込先着順)

持ち物: お子様がお気に入りの絵本・

おもちゃ等、大人と子どもの飲み物



▲申込用
二次元コード

座談会の時間
もあります。
皆で情報交換し
ましょう!



ふれあいくん

パパくらぶ

参加費無料



パパも仲間をつくりませんか。
地域のボランティアさんも一緒
に遊んでくれます! ご参加お待ち
しています。

毎月第1土曜日

10:00~11:30

日時: 10月4日(土)

11月1日(土)

象: パパと未就園児

定員: 13組(申込不要!!)

ふれあいボッチャ

参加費無料



ボッチャは、どなたでも楽しめる
スポーツです。お子様も大歓迎で
す。ご参加お待ちしております。

毎月第2水曜日 12:30~15:00

毎月第3木曜日 9:30~12:00

日時

10月 8日(水) 12:30~15:00

10月16日(木) 9:30~12:00

11月12日(水) 12:30~15:00

11月20日(木) 9:30~12:00

※どなたでも参加できます。

※申込不要です。

地域包括支援センターよりお知らせ

1 1月開催！相続税講座・個別相談会のお知らせ



「うちは財産なんてそんなにないから関係ない」「まだ元気だから大丈夫」と思っていないですか？実は相続税って誰にとっても身近なテーマで、早めに知ることで将来の安心につながります！

今回は税理士が相続税の基本を分かりやすく解説し、個別相談も行います。暮らしの中でちょっと気になることを、この機会にきいてみませんか？

日 時：11月29日(土) 葛が谷地域ケアプラザ多目的ホール

・相続税講座：14:00～15:00

・個別相談会：①15:15～15:45(4組) ②16:00～16:30(4組)



【問合せ・申込先】葛が谷地域ケアプラザ 地域包括支援センター 担当：片桐

1 1月介護者のつどいのお知らせ

参加費
無料

【歯周病予防と正しい歯磨き講座】

歯周病予防の方法、正しいブラッシング方法などを一緒に学び、爽やかな“健口づくり”を目指してみませんか？

日時：令和7年11月25日(火) 10:00～11:30

講師：都筑区福祉保健課 歯科衛生士 原口 明奈 氏

場所：葛が谷地域ケアプラザ ボランティアルーム

【問合せ・申込先】

葛が谷地域ケアプラザ 地域包括支援センター 担当：片桐



ほら、
よこはまは
あったかい！

社会福祉法人 横浜市社会福祉協議会

横浜市葛が谷地域ケアプラザ

住所：横浜市都筑区葛が谷16-3

電話：943-5951 FAX：943-5961

相談専用電話：943-5915

ご相談の際は、まずはお電話にてご連絡お願いいたします。

(夜間の貸部屋の予約がない場合は、18:00で閉館する場合があります。)

開館時間

月曜日～土曜日 9:00～21:00

日曜・祝祭日 9:00～17:00

休館日：第4日曜日・年末年始

(デイサービスは日曜日および年末年始がお休み)



葛が谷地域ケアプラザHP
※夜間開館については、こちらからご確認ください。



都筑ふれあいの丘駅より徒歩3分

つづき あい

素案 (いま考えている案)

区民のみなさん、都筑区に関わるみなさんから
意見を集めています

意見を集める期間

2025年10月1日(水) ~ 10月31日(金)

素案の中で
ここがもっと知りたい。
ここがよくわからない。

住んでいるまちの中で
自分ができそうなこと。
やってみたいこと。

「こんな活動が
あったらいいな」という
アイディア

みなさんの意見を聞かせてください



計画の期間

2026年(令和8年)4月 ~ 2031年(令和13年)3月

詳しく素案を読むことができます。
英語版(English ver.)もあります。



1 都筑区はこんなまちです

都筑区には、「住む」「働く」「訪れる」「交流する」など、よいところが、いろいろあります。

人口

現在の人口は約21万4千人。

これからは人口が減り、
65歳以上の人の
割合が増えたと
予想される。



健康

平均寿命、
平均自立期間※

なが
が長い。
※ふだんの生活に介護を必要
としない期間の平均



経済活動

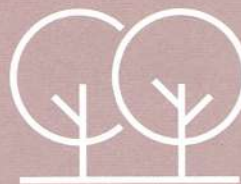
農業、工業、商業が
盛ん。



環境

自然がたくさんあり、
緑道や公園も

きれいに
整っている。



2 計画について

都筑区地域福祉保健計画「つづき あい」とは？

だれもが安心して、自分らしく元気に暮らせるまちを目指しています。区役所、区社会福祉協議会(この後は区社協と書きます)、地域ケアプラザなどが、都筑区に住む人たちといっしょに身近なまちの問題を考え、解決していきます。この計画は、そのためのものです。

「つづき あい」は計画の名前です。

誰が対象の計画？

都筑区で生活しているみなさん

どうして計画が必要なの？

いろいろな困りごとがあっても、だれにも相談できず、ひとりで困っている人がいるかもしれません。困っている人も、それを支える人も、みんなが、ずっと住みたい都筑区にしていきたいです。そのために、それぞれができることを考え、どうやって行動するかを、みんなが分かるように書いておくことが大切です。

3 第5期計画で大事にしている「考え」と目指す姿

1.大事にしている「考え」

だれもが安心して、元気にずっと住めるまち つづき♡を目指して

2.目指す姿

「だれもが安心して、元気にずっと住めるまち」とは、具体的にどんなまちかを整理しています。



4 第5期計画のポイント

- ◆ たくさんの人が、住んでいるまちの活動に興味を持てるようにします。
また、どんな人でも気軽に活動に参加できるようにします。
- ◆ 困っている人も、支える人も、だれもひとりにならないようにします。
- ◆ 自分以外の人や、相手の気持ちを知る機会をたくさん作ります。
そうすることで、「みんなちがってあたりまえ」が増えるようにします。
- ◆ 都筑区にある会社やお店、グループと力を合わせて活動します。

5 都筑区を「目指す姿」にするために、どんなことをしていくか

目指す姿1 であい

であいが増えて、人やグループとつながる機会がたくさんある



◆ どうしてこれを目指すの？

- まちで活動する人が、いつも同じ人だったり、少なくなったりしています。そのため、活動が続けるのが難しくなることもあります。
- 人の考え方やつながり方がいろいろと変わってきています。ご近所での人と人とのつながりが弱くなっていると感じる人もいます。
- 困ったことがあっても、自分や家族だけで解決できないときがあります。災害などの大変なときだけでなく、ふだんの生活でも、みんなで助け合うことが大切です。

区役所・区社協・地域ケアプラザが取り組むこと

- ① まちのいろいろな活動に気軽に参加できるきっかけを作っていきます。
- ② まちで活動するグループや、住んでいる人どうしが交流できる場所をつくります。
- ③ まちで「ささえあい」の活動をしているグループを応援します。
- ④ いろいろな人やグループとまちがつながるように、力を入れていきます。
- ⑤ まちの活動を応援する会社やお店と協力していきます。
- ⑥ たくさんの人に暮らしに必要な情報が届くよう、工夫して伝えていきます。

たとえばこんな取組



みんなが楽しめる音楽コンサート



いろいろな年齢の人と一緒にパン作り

ささえあい、安心して 元気に 生活できる



◆ どうしてこれを目指すの？

- 本人や家族が「困っている」と気づかず、相談できることも知らないことがあります。そのままにしておくと、困ったことが大きくなったり、むずかしくなったりすることがあります。
- 人が困っていることに気づいても、まわりの人がどうしていいかわからず、そのままにしてしまうこともあります。
- だれかと一緒に健康づくり・介護予防に取り組むと、心とからだの健康にとっても良いです。

区役所・区社協・地域ケアプラザが取り組むこと

- ① ふだんからおたがいに「ささえあう」ことの大切さを、たくさんの人に伝えていきます。
- ② 身近なまちで安心していられる場所を作っていきます。
- ③ 一人ひとりに合う相談できるところや情報をお知らせしていきます。
- ④ 住んでいるところの近くで相談できる場所をお知らせしていきます。
- ⑤ 身近なまちで、健康づくり・介護予防の活動をしていきます。
- ⑥ 住んでいる人が気づいたことを大事にして、みんなで力を合わせて困りごとを解決していきます。
- ⑦ 健康や福祉に関わるグループや機関が協力して、問題を解決できるようにしていきます。

おとな 子どもも
なみし 顔見知り！

たとえばこんな取組



一人ひとりの ちがいが 大切にされて 自分らしく 生活できる



◆ どうしてこれを目指すの？

- みんなが自分らしく生活するためには、おたがいにわかりあうことが大事です。
- 偏見や差別によって、つらいと感じる人がいます。
自分らしく暮らすのが、むずかしくなっている人がいます。

区役所・区社協・地域ケアプラザが取り組むこと

- ① いろいろな人が、ちがいを超えて気軽に交流できる場所を作ります。
- ② 「みんなちがってあたりまえ」を、よくわかってもらうために、話を聞く会や勉強する会を開きます。
- ③ 自分の思いや考えが暮らしの中で大事にされるように、手助けします。
- ④ だれでも「やりたいこと」ができて、自分らしく活躍できる場所を作ります。

自分らしさを
かたち
にできる場

たとえばこんな取組



素案は、都筑区で活動している人やグループから 意見を聞いて、作りました。

2024年9月から11月に、「ふだんの活動で感じる問題」や
「2030年に目指す都筑区の姿」について意見を聞きました。

誰もが当たり前の毎日を
過ごせるようにしたい。

年がちがう人たちが集まって、交流できたら楽しそう。

子どもが「楽しく、がんばろう」
という気持ちでボランティアに
参加できるように工夫が必要。

障害のある人が、安心して身近なまちでつながれる
ように、誰かが橋渡しできると良い。

赤ちゃんから高齢者まで、健康は大切！
健康づくりの活動に参加してほしい。

困っていることを話せるまち。
困りごとを自分には
関係ないと思わないまち。
そんなまちにしていきたい。

仕事をする場所でもなく、学校でもない、
自分が安心していられる場所が必要な人もいますよ。

老人クラブがどのまちにもあって、
活動がさかんになればいいなあ。

迷惑をかけたくないという思いがあり、
弱みを出せない人が多い。

子どもは親だけでなく、まちのみんなで育てて、
見守ってきたい。

だれでも参加でき、いろいろな人と
知り合える活動があるとよい。

子どもも、自分で選んだ
ボランティア活動に参加したい。

第5期「つづき あい」素案について
みなさんの意見を聞かせてください

◆書いてある内容がよかったページを教えてください。

() ページ ・ ない

◆直した方がよいページを教えてください。

() ページ ・ ない

◆意見や感想を自由に書いてください。



たくさんのご意見を、
ありがとうございました。

都筑区地域福祉保健計画キャラクター

「つづちゃん」



ご協力ありがとうございました。

意見を集めます

みなさんの意見は、これから計画を作るときの参考にします。

ここから回答

①～④の方法から選んで、意見を送ってください。

① 電子申請
フォーム

右の二次元コードから意見を送ることができます。



② 電子メール

tz-tifuku@city.yokohama.lg.jp

③ 郵便

下の「郵便はがき」を使ってください。
手紙に書いて、封筒で送ることもできます。

④ F A X

045-948-2354

※ 電子メール・封書・FAXを使う場合は、書き方は自由ですが、年齢(何才)は書いてください。

意見を集める期間

2025年(令和7年)10月1日(水)～10月31日(金)

※10月31日(金)までに都筑区役所に届くように送ってください。

(キリトリ線)

郵便はがき

料金受取人払郵便

都筑局承認

381

差出有効期間
令和7年
11月30日まで
(郵便切手不要)

<受取人>

横浜市都筑区茅ヶ崎中央32-1

横浜市都筑区役所
福祉保健課
事業企画担当行



名前はいりません。

意見を出す人の情報

○をつけてください。

年代: a. 18歳未満(18歳になっていない人)

b. 18歳～29歳

c. 30～39歳

e. 50～64歳

g. 75歳以上

d. 40～49歳

f. 65～74歳

意見を出すときに、知っておいてほしいこと

集めた意見は、都筑区地域福祉保健計画推進
委員会へ報告して、ホームページにのせます。

お問い合わせ先

都筑区役所 福祉保健課事業企画担当

☎ 045-948-2344

☎ 045-948-2354

✉ tz-tifuku@city.yokohama.lg.jp

社会福祉法人 横浜市都筑区社会福祉協議会

☎ 045-943-4058

☎ 045-943-1863

✉ info@tuzuki-shakyo.jp