



Y.S.C.C. 横浜

## 地域はファミリー Y.S.C.C.元気プロジェクト 1/2

Story

寿町はかつての高度成長を陰で支えた日雇い労働者が数多く暮らす地域ですが、その多くが

現在では高齢化しています。実際、生活保護を受けながら生活をされている方も多く、他の地域と比較にならないほど大きな社会課題となっています。Y.S.C.C.の根底にある地域はファミリーを体現する為、各種団体と協力し『Y.S.C.C.元気プロジェクト』を立ち上げました。「スポーツの力で全ての人の心と身体を元気に！」そして「地域を幸せに、世界を平和に！」をテーマに誰一人取り残さない社会を実現する為、街の特性に起因する社会課題の解決に向け活動しています。実施するコンテンツは、特別な器具を必要とするものではなく、老若男女、年齢や性別を超えてどなたでも参加することができるメニューとなるように設計しています。また、実施団体からしても低予算で狭いスペースでも出来るよう、簡単に実施可能なメニューとし、カスタマイズも容易になっており、サステイナブルに提供可能なプログラムとなるよう工夫しています。寿地区住民の方の元気と活力になるには何をしたらよいか当初は模索する日々でしたが、その地域に住む方々にフォーカスし、様々なソリューションをカスタマイズして提供するということです。身体の不自由な方や精神疾患の方もいます。その中でそこに生活する方々の視点で多面的にアプローチし、サステイナブルに継続した結果、参加者も年々増加し、今では年間で約500人の方々にご来場いただいております。安価でありながら健康管理にあたって重要なメニューを総合的にパッケージ化することで、住民の年齢層や経済的な地位に即し

た実践的なメニューを専門家と協力して構築しています。住民の健康寿命を延ばすことで、間接的ではありますが医療費負担の削減、地域の治安向上にも一定の効果を出しています。またスポーツを通して日中の活動をすることで寝付きが良くなるなどの効果もあります。横浜市寿町健康福祉交流協会はY.S.C.C.と協働して、コラボ企画(自己啓発講座・HTプロジェクト)を実施し、寿地区における元気な町づくり、健康づくりを目指しています。これまでに、「食育・栄養」「咀嚼力・口腔衛生」「健康体操」など、楽しみながら学べる講座を行い、参加者の心と体の健康に役立っています。今後は「睡眠」「体の痛み予防」などの講座も加え、更に多くの方に喜ばれる講座を行っていく予定でいます。「Y.S.C.C.スタッフの管理栄養士から学んだ方法で料理を作り実践している。安くて簡単に栄養が取れるのでよい」「歯の磨き方など丁寧に教えてもらい、日々の歯磨きに役立っている」「Y.S.C.C.のスタッフから健康体操を教えてもらった。何度か参加し行うと楽になるので続けてほしい」「実用的な内容の講座でとても良い」などの声をいただき、講座を行う励みになっています。1986年の創立以後、「地域はファミリー！」のクラブ理念のもと、ホームタウンである横浜市中区を中心に様々な地域貢献活動を行ってきました。その歴史の中で徐々に拡大し、現在ではSDGsの17項目全てを網羅するまでになりました。『Y.S.C.C.元気プロジェクト』は全ての人に元気を与え続けることが目標です。いつの日かY.S.C.C.が地域のシンボルになるまで継続していきたいと思います。



Y. S. C. C. 横浜

地域はファミリー Y.S.C.C.元気プロジェクト 2/2



## 活動場所

横浜市寿町健康福祉交流センター

## カテゴリー(SDGs)／取り組みテーマ



## 協働者

NPO、行政

## 協働者名

公益財団法人 横浜市寿町健康福祉交流協会

