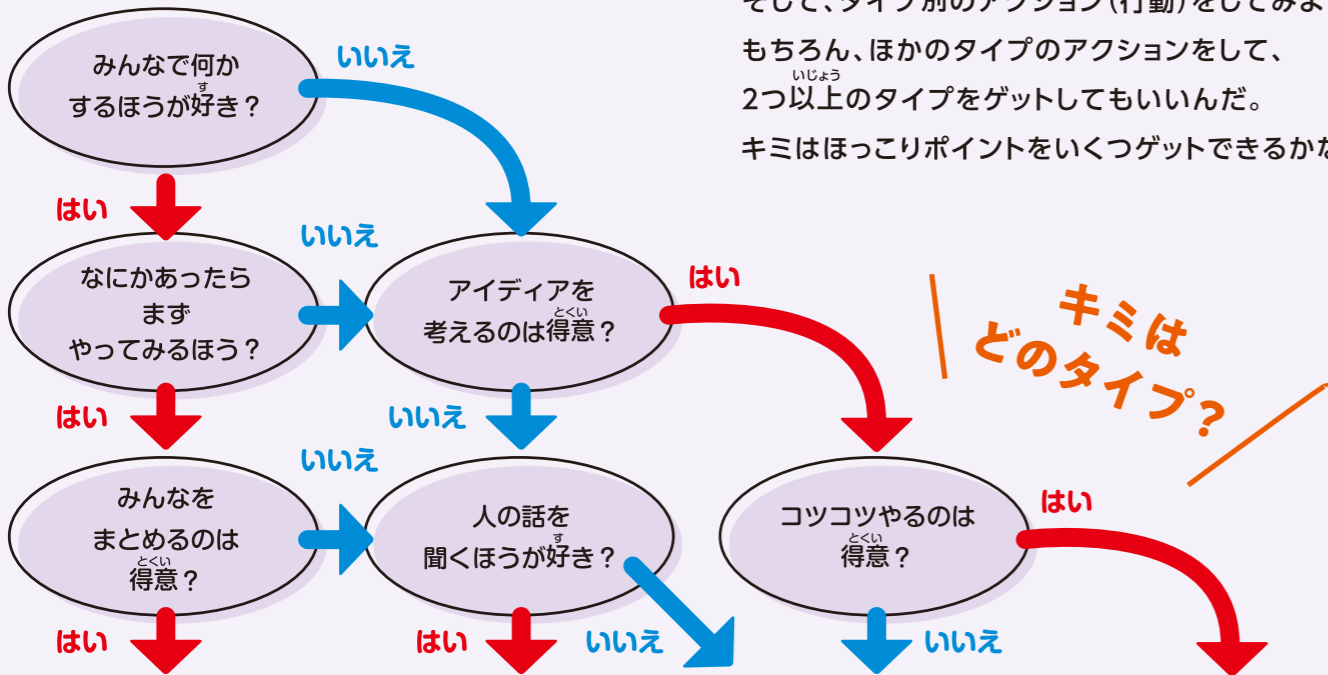


ちけあタイプ診断 しんだん

下の質問に答えてキミのタイプを診断。
そして、タイプ別のアクション(行動)をしてみよう!
もちろん、ほかのタイプのアクションをして、
2つ以上のタイプをゲットしてもいいんだ。
キミはほっこりポイントをいくつゲットできるかな。

スタート!



リーダー



特徴

「やってみよう!」で、みんなを動かすタイプ!
そんなあなたには…
友だちを誘って、ちけあ活動の輪を広めてほしい!

ヒーラー



特徴

気づかいができて、やさしさあふれるタイプ!
そんなあなたには…
まわりを見て困っている人のお手伝いをしてほしい!

チャレンジャー



特徴

自分で考えて、思いっきりチャレンジできるタイプ!
そんなあなたには…
初めてのイベントにもどんどん参加してほしい!

マジシャン



特徴

アイデアや工夫が光る、ひらめきタイプ!
そんなあなたには…
いろいろなことを調べてみんなに広めてほしい!

こんなアクション(行動)がおすすめ

- 友達をさそっておまつりに参加する
- 近所の人にみんなであいさつをする
- いろいろな国につながる友達と遊ぶ

- 電車やバスで席をゆずる
- おうちの人のお手伝いをする
- 困っている人に声をかける

- 社協のボランティア体験に参加する
- ポツチャ大会などでお年寄りと交流する
- ごみ拾い(美化活動)に参加する

- 地域にどんな活動があるか調べる
- 外国のことを調べる
- 小さい子どもと遊ぶ

ほっこりポイントをためてみよう!

ちけあ?

かわさき区の「ちけあ」ってななんだ!?





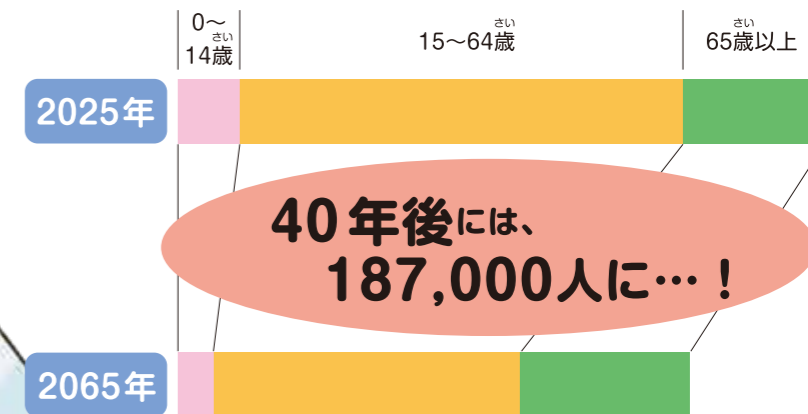
もし40人のクラスだったら？

みんなが住んでいる「かわさき区」には、お年寄りや外国から来たお友だちなど、いろいろな人がいます。

もし**40人のクラス**にしたら…
こんな感じになるよ！



かわさき区に住む人の数 **235,018人** ※2025年9月末時点



40年後には、187,000人に…！

今は、たくさんの方がいるかわさき区ですが、

40年後には子どもの数や若い人の数は少なくなり、お年寄りの数が増えていく予想です。

だからこそ、みんなが安心して暮らせるように、地域のみなで

「助け合う」ことがとても大切です。
地域で**助け合う**しくみを「**地域包括ケアシステム**」、略して**「ちけあ**」といいます。

など人口等についてもっと知りたい子は
コチラ



家族や友だち、近所の人に「ありがとう」を言ったり、困っている人を手伝ったりすると、心が**「ほっこり」**しますよね。

そんな行動で**「ほっこりポイント」**があつまります。

「ほっこり」が集まると、まちはもっと元気で楽しい場所になります！

この本では、そんな「ほっこり」する行動を**「ちけあ活動」**と呼びます。

さあ、みんなで**「ちけあ活動」**を探して、ほっこりポイントを集めよう！

…**40人**

大人 (18~64歳) **26人**

お年寄り (65歳~) **9人**

子ども (~18歳) **5人**

内 **外国**から来て**かわさき区**で暮らしている人 **3人**



心が“ほっこり”する 「ちけあ活動」って 何だろう？

目に見えない
「ほっこりポイント」を
コインで表現してみたよ。
コインを集める感じで
活動してみよう！



思

いやりで助け合うってどんなこと？
気持ちがあたたかくなる時はどんな時？

自分たちでできることは何かな？

ほ



バスで席を
ゆずった人を見た時

ほ



点字ブロックに停めて
あった自転車を移動する
人を見た時

ほ



だれかのゴミを
片付けている人を見
た時

近所の人に
あいさつをする時

みんなが思いついた「ちけあ活動」を書き出してみよう

わたし
私の「ちけあ活動」アイデア

だんたい 活動団体の しょうかい 紹介

インタビュー
動画



「ちけあ活動」は1人でもできるけど、
みんなといっしょにやると、より楽しく、
より“ほっこり”することができるよ。
いっしょに活動できる場所や団体を紹介するよ！

町内会
しちかい
・自治会

みんなが暮らしやすくなるように
まちの人が力をあわせていろんな
活動を行っているよ！

赤ちゃんからお年寄りまで
みんなが安心して暮らせるように
まちを見守っているよ！

民生委員
しどう
児童委員

ふれあい館

様々な国につながる子どもが一緒になって
楽しい時を過ごせるみんなの居場所

みんなが安心して暮らせる
やさしいまちづくりを考えている団体

自主活動

ほか
他にも、みんなの集まる場所を作りたい！
といろいろな活動をしている人がいるよ！

かわさき
川崎区
ふくし
社会福祉協議会

たくさんの方が
かっ
活やくする
まちの様子を
みてみよう



楽しい ホッコリ
ワクワク !!

「ちけあ活動」はいろいろな所にあるよ

ゆうき さんか
勇気を出して参加してほっこりポイントをあつめよう!

町内会 自治会

「こんにちは」が広がる
おまつり

おどった

みこしをかつぎに行った

遊んだ

わたあめ

みんなの安全を守っているよ

あいさつをした

美化活動

みんなでまちをきれいに!

ゴミひろいをした

登下校時の見守り

盆盆あどり

おまつり

おどった

みこしをかつぎに行った

遊んだ

わたあめ

みんなの安全を守っているよ

あいさつをした

美化活動

みんなでまちをきれいに!

ゴミひろいをした

登下校時の見守り

ふれあい館

いろいろな国の文化にふれられるおまつり

ふれあい館まつり

おまつりに参加していろいろな国のことを知った

外国につながるのお友だちが日本語の勉強や宿題をしているよ!

学習支援

いっしょに勉強した

いっしょに遊んだ

民生委員 児童委員

小さい子どもと
おうちの人の
居場所

子育てサロン

近所の小さい子と遊んであげた

みんな
社協と呼んでいるよ

川崎区
社会福祉協議会

休みに「もくもくセット」をみんなに配布!

みんなのごはん

お米をひとりで炊けるように!

おにぎりキャラバン

おにぎりをつくった

かき氷も食べられるかも!?

ごはんを炊いた

おじいさん おばあさんとゲームをしながら交流した

みんなでチャレボラ体験

老人ホームでボランティア体験をした

社会福祉協議会についてもっと知りたい子はコチラ

ほっこりポイントが集まると、みんな笑顔になるね!

最後に
みんなの性格にあった
「ちけあタイプ診断」があるよ!挑戦してみよう!