

## 高津区地域デザイン会議#03 の参加者を募集します ～10年後・20年後 じぶんらしく暮らすには？～

川崎市では、誰もが住み慣れた地域や自分が望む場で安心して暮らし続けることができる地域の実現を目指す「地域包括ケアシステム」の構築に向けてさまざまな取組を進めています。

この取組の一環として、高津区では40～50代を中心とした働き盛り世代の健康寿命を延ばすための活動を推進しています。今回の地域デザイン会議#03では、区民や区内企業の参加を募り、社員の健康づくりに力を入れている企業の実践事例の紹介や今から簡単に始められる&長続きするセルフケアや健康づくりについての意見交換を通じて、自助意識の向上や互いに支え合う地域づくりを推進します。

### <地域デザイン会議について>

本市では、参加と協働による地域課題の解決に向けて、平成18（2006）年から6期12年間にわたり「区民会議」を設置していましたが、参加者が限定されるなどの「区民会議」の制度運用上の課題を踏まえ、より多くの市民が関わり参加しやすい機会を拡充し、地域課題の解決につなげていくため、「区民会議」のリニューアルに向けた新しい参加の場、また、区民による対話の場として、試行的に開催するものです。

### 1 開催概要

- (1) 日時 令和5年10月31日（火）14時～16時
- (2) 場所 高津区役所5階会議室
- (3) テーマ 10年後、20年後もじぶんらしく暮らすための、今から始めるセルフケア・健康づくりについて意見交換
- (4) ワークショップの主な内容
  - ・社員の健康づくりに力を入れている企業の実践事例の紹介
  - ・40～50代が取り組みやすい健康づくり活動の紹介
  - ・今から簡単に始められる&長続きするセルフケアや健康づくりについて意見交換



活発に意見交換する様子  
(写真は昨年の様子)

### 2 対象・定員

- (1) 対象 高津区のまちづくり、健康づくりの取組に関心がある、主に40～50代の方
- (2) 定員 30名【先着順】

### 3 申込方法

9月15日（金）～10月24日（火）に応募フォームから申し込み。

高津区地域デザイン会議のページ（区HP）

<https://www.city.kawasaki.jp/takatsu/page/0000136296.html>



応募フォーム

#### 【問合せ先】

川崎市高津区役所まちづくり推進部企画課 星  
電話044-861-3130