

100段階段プロジェクト

100段階段プロジェクト美しが丘中部アセス委員会遊歩道ワーキンググループ



まちのランドマークを まちの人とみんなで作る

美しが丘小学校横の（通称）100段階段と、それに続く遊歩道を、地域のランドマークとしてデザインし地域の人と共に修景活動を行うプロジェクト。平成30年度「ヨコハマまち普請事業」に採択され、デザインや修景に向けて本格始動。階段や遊歩道の整備・修景活動を通じてコミュニティ意識の向上、健康増進、防犯力を高めることを目指している。今年度は歩道橋の修景を地域の子もたちとともにワークショップを行った。共創スペースにて百段階段プロジェクトの模型展示も行っている。

* 2019年度

一般財団法人ハウジングアンドコミュニティ財団
「住まいとコミュニティづくり活動助成」助成対象団体

* 第15回

住宅生産振興財団「住まいのまちなみコンクール」
住まいのまちなみ賞 受賞

「街のはなし」プロジェクト

「街のはなし」実行委員会



まちの人が まちへの想いを綴る「まちの歴史」

「街の中であなたの一番好きな場所はどこですか？」という質問からはじまるインタビューとその場所の写真を緯度・経度を地図におとし、冊子にするというアート活動。

2019/04/07 街のはなし実行委員会ミーティング

2019/08/30 街のはなし実行委員会ミーティング

2020/01/10 写真選びと原稿確認などの作業

2020/03 街のはなし展示会

(※新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止)

元石川高校アントレプレナーシップ講座

神奈川県立元石川高校



「次世代」の高校生へ 「まちづくり」へ向けた一歩

アントレプレナーシップ講座は神奈川県モデル事業として、高校生が地域や社会の中で課題を見つけ、企業や地域の人とともに課題解決のアイデアを考え実践し、アントレプレナーシップ（起業）する力を養うことを目的とする講座。

次世代郊外まちづくり事務局が本講座のパートナーとして1学期を担当。

高校生が「次世代郊外まちづくり通信」やまちづくり情報、さらには、まちづくりに関心を持てるような情報発信のあり方とは？を課題として提示、受講生から様々な提案を受けた。

講座終了後、有志によるスピンアウト企画が2つ立ち上がった。

元石川高校アントレプレナーシップ講座スピニアウト企画（情報発信）

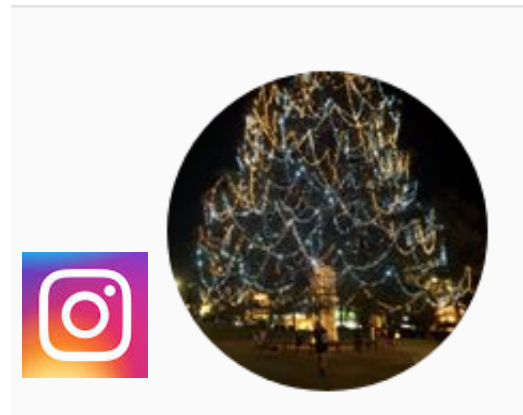
神奈川県立元石川高校



高校生に届く情報発信を目指して・・・ 「次世代郊外まちづくり通信」と Instagramで発信

講座受講生の有志生徒が、講座での提案を実現すべく高校生目線での「次世代郊外まちづくり通信」の製作と、instagramでの発信に取り組んだ。

Instagram



WISE CITY 次世代郊外まちづくり通信

特別号創刊！元石川高校生とコラボ！

「次世代郊外まちづくり通信」を提案に

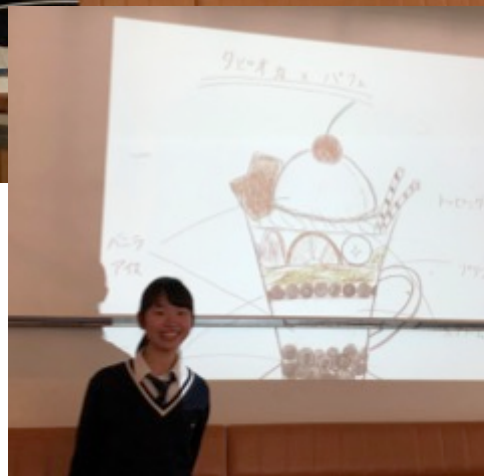
元石川高校生が通信マガジンを制作！！

Instagram 発信

発信デザイン例

元石川高校アントレプレナーシップ講座 スピニアウト企画（元高パフェ）

神奈川県立元石川高校



高校生が好きなものを使った 情報発信は「タピオカパフェ」

講座受講生有志生徒が、講座での提案を実現すべく新たに取り組んだ、スピニアウト企画第2弾、パフェの提案。

高校生が好きなものを使って情報発信できないか、という発想から、「次世代郊外まちづくり通信」を見ることができるコミュニティカフェ『PEOPLE WISE CAFÉ』に「タピオカパフェ」を提案。

期間限定のデザートメニューとして実現した。

メニューのお披露目会やメイキングストーリーを通信に掲載したり、パフェやカフェの様子をInstagramで発信した。

「可動型ネクサス：デザイン先導型都市 食料・水・エネルギー管理のイノベーション」 M-NEXプロジェクト

慶應義塾大学情報環境学部・政策メディア研究科
厳網林研究室



いまは世界人口の半分以上が都市に住み、気候変動による災害リスクも増え、食料・エネルギー・水の安定供給が大きな課題となっている。ベルセントフォーラム国際共同研究「持続可能な都市化に向けた国際イニシアチブ：食料・水・エネルギーのネクサス(SUGI)」は世界に分散されている研究と知見を統合し、ネクサス(建築)の視点から食料・エネルギー・水(FEW)問題を理解し、革新的なソリューションの創出を目指している。それによって、すべての市民が持続可能なFEWヘアカセスでき、質の高い生活(QoL)を築きめる都市環境が創られる。

Nexus FEW in Cities with people

M:nex 可動型ネクサス：デザイン先導型都市食料・水・エネルギー管理のイノベーション(M-NEX)

総研科(Consortium Leader, 慶應義塾大学), Anna Dobbelaert(Qatar), Geoffrey Thun(USA), Andy van den Dobbelaert(Netherlands), Greg Keech(UK), Bijan Kumar Mitra(NGE, 日本), Kevin Logan(UK), Rob Roggenma(Australia)



本研究は都市の多様な主体の視点を取り入れた都市デザインを行い、FEW課題をマネジメントする可動型ネクサス(M-NEX)を開発し、6つの研究地域において実践することを目的とする。M-NEXは都市におけるFEW課題をマネジメントするイノベティブなソリューションをデザイン・評価・実践する手法を開発するための共創的プラットフォームである。国際コンソーシアムの参加機関はそれぞれの対象地域の課題に取り組み、そこからデータ、知見、ノウハウを国際的に学び合い、共通的にM-NEXを開発する。終了時には物理世界と情報世界を融合させた共創的プラットフォーム(M-NEX)を提供し、グローバルへ展開することを目指す。

BEL: Belfast, UK; DOH: Doha, SYD: Sydney, TOK: Tokyo, DET: Detroit, AMS: Amsterdam

イギリスチーム
Prof. Greg Keech
University Queens Belfast
ベルファスト

オランダチーム
Prof. Andy Dobbelaert
TU Delft, Amsterdam

カタールチーム
Prof. Anna Kathalina
Qatar University
ドーハ

オーストラリアチーム(協力機関)
Prof. Rob Roggenma,
University Technology of Sydney,
シドニー

日本チーム(Lead 所)
厳網林教授
慶應義塾大学
東京・横浜都市圏

米国チーム
Prof. Geoffrey Thun
University of Michigan
ゼトロイト

M-NEXはデザイン方法、評価ツール、共創の仕組みについて共通の方法論を開発する。各チームはそれを用いてローカルで実践し、その経験とノウハウを年々国際ワークショップにて共有し、M-NEXを進化させる。

連絡先: 慶應義塾大学環境情報学部厳網林教授 KEIO SFC Email: yan@sc.keio.ac.jp

田園都市を「持続可能なまち」に 大学と地域住民が協働する

世界6都市で進められる国際プロジェクト「可動型ネクサス：デザイン先導型都市食料・水・エネルギー管理のイノベーション」(通称 M-NEX: The Moveable Nexus: Design-led urban food, water and energy management innovation in new boundary conditions of change)の一環として、大都市におけるフードサービスの実態、消費者ニーズを捉えて地球温暖化、少子高齢化、逆都市化を見据えた地域フードサービスを総合的にデザインし、食料・水・エネルギーの視点から見たコミュニティ発持続可能な都市(SDGs)の実現プログラムを提案する。

【M-NEX 3つの取り組み】

- 環境センサーによるデザイン支援技術の開発
- 「地域で食べる時間をシェアする」プロジェクト
- M-NEX研究発表
/デザインワークショップ東京(中止)



「可動型ネクサス：デザイン先導型都市 食料・水・エネルギー管理のイノベーション」 M-NEXプロジェクト

慶應義塾大学情報環境学部・政策メディア研究科
厳網林研究室



環境モニター・センサーによる デザイン支援技術の開発

WISE Living Lab内に環境をリアルタイムにモニタリングするセンサーを設置し、温度、湿度等を計測。可視化された環境のデータを、デザインワークショップなどで地域の方などと共有し、環境への気づきや学びの機会を提供する。

共創的デザインワークショップにおける実用的な支援技術の開発を目指しアドソル日進株式会社と共同で進める。

また、防災や交通計画の検討やシミュレーションにも活用が期待できる。



「可動型ネクサス：デザイン先導型都市 食料・水・エネルギー管理のイノベーション」 M-NEXプロジェクト

慶應義塾大学情報環境学部・政策メディア研究科
厳網林研究室



地域の「欲しい」を実験してみよう 「地域で食べる時間をシェアする」

地域でのワークショップやヒアリングで出されたアイデアを受けて、自分たちが欲しいと思う「食のつながり方」を実験的につくることを試みたプロジェクト。地域の食の生産、流通、販売、共食活動の情報を集めて可視化することも同時進行で進めた。

- 企画会議と「シェアするバーベキュー」
一品を持ち寄り、みんなで一緒に食べながら「バーベキューの企画会議」を2回開催。
5/18にはPEOPLE WISE CAFE前ウッドデッキにて、地産地消の野菜やお肉を持ち寄り、誰でも参加出来る「シェアバーベキュー」イベントを開催した。

- 「たまプラお弁当部」
「シェアバーベキュー」をさらに発展させ、「地域で食べる時間をシェアする場」として「たまプラお弁当部」を発足。お惣菜を持ち寄り、各自お弁当箱に詰めてみんなで食べる会をPEOPLE WISE CAFEにて全4回開催した。各自が持ってきたお弁当箱に詰め込んでの晩御飯。シニアから子育てファミリー、子どもたちが集い多世代交流、情報交換、新たな出会いなどを生む場となった。

「可動型ネクサス：デザイン先導型都市 食料・水・エネルギー管理のイノベーション」 M-NEXプロジェクト

慶應義塾大学情報環境学部・政策メディア研究科
齋網林研究室

M-NEXプロジェクト中間報告会 /デザインワークショップ東京

国際共同研究M-NEXに参加する6か国の各国の取り組みを紹介し、横浜市のSDGsの取り組み、次世代郊外まちづくりとWISE Living Labの取り組み、リビングラボを支える情報支援技術などの発表を行った。関わってきた地域住民、関係団体、カフェ、学生、研究者など多様な参加者が交流し、ディスカッションを行った。

2019/12/7 M-NEXプロジェクト中間報告会
2020/3/3 デザインワークショップ東京(2021年に延期)



cicceno citta (チッチェーノ・チッタ) 「子ども商店街を作ろう」

cicceno citta (チッチェーノ・チッタ)



地域から子どもたちへ生きた教育を

ちっちゃい人たちとつくる街をテーマに、子どもと大人の出店者を募り、1日限りの商店街「チッチェーノ・チッタ」をつくる。「子ども大会議」を重ねながら子どもたちと一緒につくるプロジェクト。

●チッチェーノ・チッタ子ども大会議

こどもたちが「どんな街にしようか、その街で何をしようか」、模型を使いながら一緒に考え、「自分がやりたいこと」など事業計画をつくる会議。

WISE Living Lab共創スペース、美しが丘小体育館、山内地区センターなどで開催した。

- 第1回：9/28 共創スペース
- 第2回：11/30 美しが丘小学校体育館
- 第3回：12/14 山内地区センター
- 第4回：1/18 共創スペース
- 第5回：2/29 共創スペース

●3/14 (土) 「cicceno citta」チッチェーノ・チッタ「こども商店街を作ろう」【中止】

子どもも大人も出店し、共に街をつくる。1日限りの街「cicceno citta」を開催。

『お互いさまの街をつくろう！』 たまプラーザ・みまもりあいプロジェクト～やさしさのエネルギーチャージ～趣旨説明会 たまプラーザ・みまもりあいプロジェクト



『お互いさまの街をつくろう！』
たまプラーザみまもりあいプロジェクト～やさしさのエネルギーチャージ～
事業説明・交流会

11月26日(火) 10:30～12:00 参加費 無料

●プログラム

- たまプラーザ・みまもりあいプロジェクト～やさしさのエネルギーチャージ～
趣旨説明、活動報告、今後の活動予定
- ゲスト講演 ※最新のはまのまちの最新情報をお伝えします。
●社団法人セーフティネットリンクエージ 岩崎 仁 氏
「みまもりあいプロジェクト」みまもりあいアプリ・スマホアプリについて
各地域とセーフティネットリンクエージ「みまもりあいプロジェクト」の連携
●地域を元気づける認知症家族の会「じわ」の会」 池田 秀子 氏
認知症当事者と家族の思い・経験をお話し、みまもりあいプロジェクトの活動
- 交流会
「お互いさまの街づくり」の第一歩として、まちづくり推進員や社会福祉協議会、連携している
「認知症一人ひとりの思いが伝わるまちづくり」の推進員と、認知症の当事者や家族
「人を知り、心を通いあわせたい」との思いで、仲間を交わして、地域生活の交流を深めたい。

●会場 たまプラーザ 市民センター 2階 会議室 会場詳細はこちらのチラシをご覧ください
〒227-8502 東京都川崎市中原区上川崎1-1-1

●申込方法 申込フォーム、お申し込み用紙をお申し込み下さい。
申込用紙は、お申し込み用紙に記入の上、045-963-1393に
電話、またはFAXにてお申し込みください。
お申し込み受付期間：11月15日(日)まで
お申し込み受付時間：10:00～17:00(受付終了)

●申込用紙・申込書 (お申し込み用紙)

お名前	〒	〒	〒	〒	〒	性別
お名前	〒	〒	〒	〒	〒	性別
お名前	〒	〒	〒	〒	〒	性別
お名前	〒	〒	〒	〒	〒	性別
お名前	〒	〒	〒	〒	〒	性別
お名前	〒	〒	〒	〒	〒	性別

●お問い合わせ先
たまプラーザ・みまもりあいプロジェクト事務局
〒227-8502 東京都川崎市中原区上川崎1-1-1
TEL: 045-963-1393 FAX: 045-963-1394
E-MAIL: tamaplaza@nmlnmln@gmail.com

スマホアプリと地域の輪で見守り

11/26 (火) に「たまプラーザ・みまもりあいプロジェクト～やさしさのエネルギーチャージ～」事業説明・交流会を開催した。これまでの活動報告と今後の展開についての説明後、社団法人セーフティネットリンクエージ (<http://snl.jp/>) の岩崎氏を招いて、『みまもりあいプロジェクト』についての講演を行った。

本サービスは、認知症の家族など、探して欲しい人や物がある人が、検索願いと自分の電話番号をアプリにアップして情報を求めることができる。アプリをダウンロードし登録した人のネットワークによって日常的に見守り合うことを可能にする。

地域で発見した人は個人情報保護されたまま情報提供できるシステムになっている。

カードで学ぶSDGs～自分と地域・世界のつながりを体感しよう！

ロコっち



持続可能な社会に向けて 一人一人がSDGsの理解を深める

SDGsを理解し、自分と地域・世界のつながりを体感し、自分の生活やビジネス、地域活動に活かしていくことを目的とするカードゲームの体験会。

SDGsの概要とカードゲーム「2030SDGsゲーム」のルール説明後、ゲーム体験、SDGsの理解を深めるレクチャー（横浜市の一環の紹介）、最後に気づきを深めるワークを含むプログラム。

2回開催のうち1回は親子を対象に行い、横浜市SDGs温暖化対策統括本部などの協力も得て、地域の学びと活動へのきっかけづくりの場として継続していく

美しが丘健康ウォーキング

青葉区区政推進課・美しが丘連合自治会

歩行者ネットワークを歩いて 健康づくりとコミュニティづくり

美しく歩いて健康づくり!
美しが丘健康づくり歩行者ネットワーク

青葉区では、歩くことを習慣化し、地域における日常的な健康づくりを推進するための取り組みの一つとして、美しが丘地区の歩行者専用道路を活用したウォーキングコースの整備を進めています。

ウォーキングの効用 日常的にウォーキングを行うことで、生活習慣病をはじめ、様々な病気のリスクを低減することができます。

■1日あたりの[歩数][中強度活動(速歩き)時間]と[予防(改善)できる病気・病態]のめやす

歩数	速歩き時間	予防できる病気・病態
2,000歩	0分	ねたきり
4,000歩	5分	うつ病
5,000歩	7.5分	要支援・要介護 心疾患(狭心症・心臓病) 脳卒中(脳梗塞・脳出血・くも膜下出血) 認知症(血管性認知症・アルツハイマー病)
7,000歩	15分	がん(肺がん、直腸がん、膵がん、乳がん、子宮内臓がん) 動脈硬化 骨粗しょう症 骨折
7,500歩	17.5分	筋減少症 体力の低下(特に75歳以上の下肢筋力や歩行速度)
8,000歩	20分	高血圧症 糖尿病 脂質異常症 メタボリック・シンドローム(75歳以上の場合)
9,000歩	25分	高血圧(正常高血圧) 高血糖
10,000歩	30分	メタボリック・シンドローム(75歳未満の場合)
12,000歩	40分	肥満

※中之島市民センター健康推進センター・防災・高齢福祉科による

ウォーキングコースの特徴 (コースマップは裏面参照)

- 001 体力や目的に合わせてコースを選べる
初級・中級・上級コースが設定されています!
- 002 安全に歩けるコース設定
歩行者専用道路を中心に安全に歩けます!
- 003 ビューポイントや草木遊を楽しめる
草木遊や富士山の見えるポイントがあります!
- 004 疲れたらちょっと一息
歩き疲れたら、途中の公園やベンチでのんびり!

初級コース・中級コース・上級コースの3つのウォーキングコースがあります! 詳しくは裏面をご覧ください。

日常的な健康づくりをめざし、美しが丘地区の歩行者専用道路を活用したウォーキングコースや健康器具をみんなで楽しく歩き、新たな「美しが丘」を発見するウォーキング。

途中のポイント（100段階段・富士見ポイント・カバ公園・第6公園平津SUNサロン・第3公園など）では住民によるガイドがあり、ゴール後は共創スペースにて参加者どうしの交流をはかる。

健康づくりを通じてコミュニティ醸成を目指し、ウォーキングの後の交流会を共創スペースにて企画したが、2020年3月、新型コロナウイルス感染拡大のため中止となった。

美しが丘健康づくり歩行者ネットワーク コースマップ

このマップには、初級コース（約2.5km）、中級コース（約4.5km）、上級コース（約7.5km）のルートが示されています。また、途中の休息ポイントや見どころも記載されています。

お問い合わせ先: 青葉区健康推進センター 健康推進課 (TEL: 0476-378-1217)