

港北区の「活動」をつなぐ情報誌

楽らく遊ゆう学がく

第304号

2023(令和5)年4月
隔月発行

【編集・発行】港北区区民活動支援センター

特集

双子・多胎児の親子サークル 「ふたごザウルス」



(ふたごザウルスの皆さん)

- P.2 特集「ふたごザウルス」
- P.3 「わがまち港北」スポット 新吉田地域ケアプラザ
- P.4 連載「シリーズ わがまち港北」第234回 林 宏美 著
- P.5 遊学スポット（港区内・周辺のイベント情報）
『港北区グループ・団体ガイド』登録グループからの会員募集
- P.6 区民活動支援センターからのお知らせ

「ザウルス」とは恐竜のこと。双子たちを「恐竜」に見立てたなんと愛らしいサークル名ですが、サークル名とは裏腹に、多胎児の子育ては、私たちの想像をはるかに超える大変さがあります。こと、幼少期となれば、ただでさえ手がかかるのに、それが2倍となれば、24時間、365日、気が休まることはないと言います。子育てに明け暮れる毎日、同じ環境下に身を置いてみないとわからないことかもしれません。そんな双子育児の不安や悩みを共有し、みんなで集まり楽しく活動している子育てサークル「ふたごザウルス」の取組をご紹介します。

「みんなで無理なく、楽しく、集まりましょう！」でつながる多胎児の輪

脈々と受け継がれるふたごちゃんママパパのバトン

ふたごザウルスは、双子を持つママパパサークルです。多胎児の保護者から保護者へバトンが渡され現在に至ります。2001年頃に公園遊びからスタートしたと言われていますが、正確なところ、いつ、誰が、このサークルを立ち上げたのか、取材をしてもわかりませんでした。サークル在籍期間は、子どもの年齢が1歳前後から幼稚園入園前の数年間。仕事をしているお母さんも多いため、現在は、6組の親子が休日に集まり多胎児ならではの子育ての悩みや楽しさを分かち合っています。

毎年2回ふたごリサイクルバザーを開催

「以前、バザーでおもちゃを買ったけど、1つしかなかったから2人で取り合いになって困りました」とメンバーが教えてくれました。これは、双子あるあるの一コマ。年に2回、春と秋に開催するバザーには、ふたごザウルスらしく、2組揃った服や靴、おもちゃが並びます。同じものが2つ揃わないと、後からケンカになる経験が活かされています。現役メンバーとOBが、サイズが合わなくなった服や靴を持ち寄りリサイクルするバザーは、地球にもお財布にも優しい取り組みです。



バザーの様子。同じものが2組揃うのはふたごザウルスならではの

子育ては大変だけど、みんなで思いを共有する大切な場所

妊娠がわかって喜び、双子と聞いて驚き、足元が見えなくなるほど大きなお腹を抱えた妊婦時代。多胎児を出産するまでのエピソードは、単胎妊娠から出産とはまた異なる大変さがあります。育児にしてもしかり「夜中も交互に起きるから連続して身体が休めなくて」「食事もお風呂もすべて2倍手がかかるからもうヘトヘト」といった切実な声が聞こえてきます。

双子育児の困りごとを聞いたところ「ベビーカーが大きくてお店に入れません。改札口も通れないから電車にも乗れません」といった声や「子ども用品がすべて2組必要だから、お金も2倍かかって家計が大変です」といった双子ならではの悩みを打ち明けてくれました。「双子用の抱っこ紐を使っているけど、2倍の体重を支えているから腰痛がひどくて」と言うお母さんに「わかる～」と別のお母さんが相槌を打ち、双子あるある話で和んでいきます。「自分以外にも同じような不安を抱えながら子育てしている仲間がいる」と思うだけで頑張れるそうです。



他にもあります。多胎児の保護者を対象とした集まり

ふたごっち

日吉地区子育て応援ネットワークポコポコが主催する多胎児家族、多胎児妊婦さんを対象とした会です。
日時：毎月第2火曜日(1月と8月除く)10:00～11:30
場所：日吉台中コミュニティスクール 予約不要・無料

ふたごちゃん、みつごちゃんの会

地域子育て支援拠点どろっぷが主催する、多胎児家庭とそのきょうだい児、多胎児出産予定の方を対象とした会です。
月曜日に開催しています。



詳しくはこちら

新吉田地域ケアプラザは、都筑区との区境の小高い丘に、自然と溶け込むように建っている施設です。平成7年4月に、併設施設である障害者支援施設「横浜らいず」とともに開所しました。「つどう、つながる、わかりあう」と、ホームページにあるように、子どもから高齢者、障害のある人、誰もが地域で安心して暮らせるよう、さまざまな取組を行っています。デイサービスや健康体操などの福祉保健活動や、園芸、裁縫、子育て支援などのボランティア活動、「共生まつり」などの地域イベント活動など、常に人と人が楽しく交流しています。今回はわきあいあいとしたアットホームな雰囲気の新吉田地域ケアプラザを紹介します。



ニコニコっち



新吉田地域ケアプラザ外観

住所：横浜市港北区新吉田町6001-6
電話：045-592-2151 FAX:045-592-0105
開館時間：月曜日～土曜日 9:00～21:00
※利用予約のない場合は18時閉館
日曜日・祝日 9:00～17:00
休館日：毎月第4月曜日、年末年始(12月29日～1月3日)
交通：東急バス「神隠」バス停下車徒歩約5分

公式ホームページはこちら 
<https://www.y-kyousei.or.jp/sinyoshida/>



やがて地域を支える一員へ～ 「体操ボランティア育成講座」

十数年前から続いている「体操ボランティア育成講座」は、高齢者の身体的特徴や筋肉の役割など、基本的な身体構造の講義を受けたあと、高齢者向けの介護予防体操や中高年向けエクササイズなどのプログラムを体得する講座です(全5回)。受講後は、体操ボランティアとして地域で活動する担い手になることを期待し、人前で体操を指導する実技もあります。講座最終回では、実際にデイサービス利用者に向けて体操指導ボランティアとしてデビューしました。「相手に伝える難しさを痛感しました。」と言いつつも、ゆっくり声をかけながら身体を動かして、とても初めてとは思えない指導でした。家族の介護のために受講した方も、「地域ボランティアとして活動してみたいくなった。」と、これから地域を支えるきっかけとなる講座でした。



体操ボランティア育成講座の様子



 はこちら
講座の詳しい内容
2019ブログ記事

裁縫ボランティア「ソーイングボックス」

裁縫の好きな方が集まって1996年に発足した「ソーイングボックス」。最初は10数名で、介護しやすい服へのリフォームや寸法直しをしていましたが、障害者支援施設「花みずき」からの依頼があり、利用者が織った「さをり織」の布で、ポーチやティッシュカバー、ペンケースやコインケースなどの小物(写真下)を制作するようになりました。完成した小物は「花みずき」バザーのイベントなどで販売しているそうです。「ソーイングボックス」活動日には、利用者が仕上がった小物を見に来て「自分の好きな色で織った布がこのように生まれ変わって嬉しい。」と、大変喜ばれているそうです。メンバーは現在4名。発足当時から活動している方が「この坂を上ってくるのが大変ですが、とても楽しいので続けてます。」とのお話しでした。(P5に会員募集記事を掲載しています)。

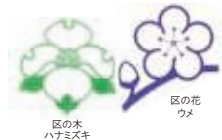


メンバーの皆さま



「さをり織」布で制作した小物

帰ってきた地域の賑わい—港北区三大祭り—



筆者は仕事の行き帰りに、横浜アリーナのそばを歩くことが多いのですが、昨年後半からアリーナへ向かう人波や来場者の行列を見る機会が増えました。個人的には、その日行われるイベントによって新横浜駅周辺の雰囲気がガラリと変わるのを楽しんでいます。

横浜アリーナを会場とするような大規模イベントから地域のお祭りまで、コロナ禍で中止やオンライン開催となっていたさまざまな催しが、ようやくリアル開催（現地開催）として戻ってきました。港北区三大祭りと呼ばれる大倉山観梅会・綱島桜まつり・小机城址まつりも中止が続いていましたが、今年は久しぶりにその全てが開催されます。

三大祭りの先陣を切ったのは、2月25日、26日に開催された大倉山観梅会です。観梅会が行われる大倉山の梅林は、元々東急が東横線の乗客獲得を目的として整備したものです。昭和6年（1931年）に開園し、戦前・戦後を通して梅の名所として知られてきました。その後、昭和の終りに横浜市が東急から土地を取得して再整備を行い、大倉山公園梅林として平成元年（1989年）に再オープンします。現在の大倉山観梅会は、この時から始まったもので、今年が第35回です。しかし梅林でのお祭りはそれ以前から行われており、大倉山出身の漆原順一港北区長は今年の観梅会開会式の挨拶の中で、子どもの頃から梅の開花やお祭りを楽しみにしていたと話していました。梅林の詳しい歴史は港北区のホームページにまとめられていますので、ご覧ください。3年ぶりとなった大倉山観梅会は天候に恵まれ、梅もほぼ満開という最高のタイミングで大盛況のうちに終了しました。研究所入口前のスペースにも商店街からの出店が並び、どこもかしこも人でいっぱいでした。久しぶりに見る大倉山の賑わいに、筆者も感慨一入でした。

大倉山観梅会の次は綱島桜まつりです。桜まつりは綱島公園を会場として平成2年（1990年）に始まり、令和2年（2020年）に節目の30回となるはずでしたが、4年間中止を余儀なくされました。

綱島公園について、昭和37年（1962年）刊行の『ヨコハマ散歩』
には、「起伏に富んだ丘陵の自然を公園とし、故平沼亮三の寄贈
になる茶室も園内にあって梅の頃ともなると、大倉山と相対して共
に梅花の名所となり雅客の来訪も繁く…」と書かれていました。昔
は桜よりも梅の名所であったようです。

茶室は、昭和27年（1952年）に造られ、戦前に桃の一大産地だった綱島の歴史にちなんで「桃里庵」と名付けられました。

しかし、昭和31年（1956年）刊行の『観光綱島・大倉山への道』
（綱島大倉山観光協会・横浜港北新報社共編）には、「今日、鼠
の巣であり、それでは残念な話である」とあり、あまり活用されな
ったようです。桃里庵は栗田添星という茶道研究家が設計した茶
室第一号で、その著書『茶室考』に若干記述がありますが、詳細
はよくわかりません。もう少し調査を続けたいと思います。

綱島公園は太平洋戦争中の昭和19年（1944年）に、防空公園として開設されました。戦後は昭和20年代からプールやテニスコート、展望広場や子どもの遊び場などが設けられ、地域の人が集い楽しめる公園となります。その後昭和62年（1987年）から再整備が行われ、平成3年（1991年）には綱島公園こどもログハウス「モッキー」がオープンしました。桜まつりが中止となっている間には公園で地域の方の手で花壇の整備も行われています。この原稿は綱島桜まつりの前に書いていますが、お祭り当日はもちろん、この春の綱島公園は花の彩りと人とで賑わうことでしょう。

三大祭りの最後を締めくくるのは、小机城址まつりです。4月23日開催予定の第28回小机城址まつりは、綱島桜まつりと同じく4年ぶりとなります。小机城址まつりといえば武者行列・パレードと出陣式ですが、今年は規模を縮小しての開催とのことで、パレードのコースが短縮されます。スタートは三会寺から雲松院に、ゴールは小机城址市民の森から金剛寺となるようです。雲松院は、後北条氏の時代に小机城代を務めた笠原氏の菩提寺ですので、墓所に眠る一族の方々は今回のコース変更を喜んでいるかも知れません。小机城址では今年1月から2月にかけて2回目の試掘調査が行われ、2月11日には新たな成果を伝える現地説明会が行われる予定でした。前日の降雪で残念ながら説明会は中止となりましたが、横浜市のホームページに当日配布予定だったパンフレットが掲載されています。興味のある方はご覧ください。一歩ずつ着実に進む小机城の実態解明と城址まつりの復活で、地域はさらに盛り上がっていくことでしょう。

地域の賑わいが戻りつつあることに大きな喜びを感じます。この賑わいが当たり前の日常に戻っても、感じた喜びは忘れずにいたいものです。

記：林 宏美（公益財団法人大倉精神文化研究所図書館運営部長兼研究員）



大倉山梅林の歴史

小机城跡埋蔵文化財
試掘調査資料

遊学スポット(港北区内・周辺のイベント情報)

ここに掲載されている内容は、2023(令和5)年2月28日現在の情報です。詳細は、問合せ先にご確認ください。

日吉台地下壕保存の会

「日吉の戦争遺跡ガイド養成講座」(全4回)

日時:4月15日、5月20日、6月17日、7月15日、全(土)13:00～
会場:慶應大学来往舎、フィールドワーク(日吉周辺)
参加費:2,000円(4回分)
問合せ:喜田(きだ) TEL&FAX 562-0443(午前・夜間)

大倉山ジョイフルコンサート「鈴木隆太郎ピアノ・リサイタル」

日時:5月21日(日) 14:00開演(受付開始13:30)
会場:港北公会堂
料金:大人・高校生 2,000円 中学生以下 1,000円(全席自由)
未就学児入場不可 予約専用電話:080-8424-5108
問合せ:HP <https://www.ohkurayama-joycon.com>

港北ボランティアガイドの会

- ①「相鉄線直行新緑の陣ヶ下溪谷へ」(約5.5キロ)
日時:5月20日(土)9:30～12:00 集合:相鉄本線西谷駅改札口
- ②「蛍を求め夕暮れの四季の森公園へ1」(約4.5キロ)
日時:6月1日(木)17:30～20:00 集合:JR横浜線中山駅改札口
- ③「蛍を求め夕暮れの四季の森公園へ2」(約4.5キロ)
日時:6月8日(木)17:30～20:00 集合:JR横浜線中山駅改札口
定員:①50人②③70人(応募者多数の場合は抽選)※②③は重複
応募不可 参加費:500円 ②③のみ子ども100円(保険料等)
申込:HPの応募フォームまたは往復はがきに①「コース名」②
〒住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・参加者全員の氏名・
年齢③返信用に宛名を記入の上、区民活動支援センターまで
締切日:①5月8日(月) ②5月18日(木) ③5月25日(木)
※各日必着

問合せ:港北ボランティアガイドの会
HP <https://kouhokuvvg.yokohama/>



神奈川区いまむかしガイドの会「神奈川歴史散歩」

- ①4月15日(土)「神奈川宿」(約4.0キロ) JR東神奈川駅集合
②4月29日(土)「戸塚宿」(約5.0キロ) JR戸塚駅地下改札口集合
③5月10日(水)「都心の公園」(ゆくりコース約2.5キロ) みなとみらい線元町中華街駅元町口(5番)集合
④5月20日(土)「長津田宿」(約4.5キロ) JR横浜線長津田駅集合
⑤6月3日(土)「川和」(約5.5キロ) 地下鉄都筑ふれあいの丘駅集合
集合 ①②④⑤8:30～9:00 ③ 9:30～10:00
解散12:00～12:30 定員:約100名(応募者多数の場合は抽選) 参加費:500円(保険料含) 申込:HPの応募フォーム
または往復はがきに開催日・コース名・〒住所・氏名・電話番号・
参加者全員の氏名を記入の上、
〒221-0802 神奈川区六角橋1-10-11 すぺーすろっく内
「NPO法人 神奈川区いまむかしガイドの会」
締切日:開催日の15日前※必着
問合せ:長谷川 TEL 090-8817-0001



港北童謡の会

- ① 4月4日(火) 飯田千夏先生
② 5月9日(火) 久保由美子先生
時間:各回14:00～16:00
会場:港北公会堂
参加費:990円/回 事前申込不要 当日直接会場へ
問合せ:はかりや TEL 070-5556-1491
山本 TEL 090-6924-4650/竹内 TEL 090-6521-5879



港北三曲会「箏・三味線・尺八の合奏講習会」参加者募集

創立35周年記念CD作成の為、参加を募集します。
曲目:白雲青靄(秋岸寛久作曲) 講師:三橋貴風先生(尺八演奏家)
講習会:5月28日(日) 12:00～17:00 録音:7月30日(日)(詳細後日)
会場:横浜ラポールボックス ※広報及び記録用に撮影あり
参加費:7,000円(別途 パート譜500円/スコア2,500円)
申込・問合せ:港北三曲会(渡邊) TEL 090-2180-8375
Eメール fcpg_8810@yahoo.co.jp 締切日:4月10日(月)

『港北区グループ・団体ガイド』登録の会員募集

文化の集いスマイル

各国の歴史、民俗、文化等をご紹介します、面白い話も交えて楽しく、勉強になる会です。英、仏、露と行い、その後キリスト教、ユダヤ教を取り上げています。ご希望をお知らせください。
活動日:2か月1回程度で開催していますが、ご相談ください。
会場:菊名地区センター等 会費:500円(資料代含む)
問合せ:明瀬(みょうせ) TEL 090-7011-7156
Eメール k-mose10@dune.ocn.ne.jp

詩吟を楽しむ会

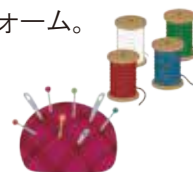
漢詩、和歌をお腹の底から大声で吟じて健康保持し、ストレスを解消します。コミュニケーションをはかり仲間を増やします。
日時:月4回、9:15～11:45
会場:綱島地区センター(第1・3日曜)
日吉地区センター(第2・4土曜)
会費:1,000円/月
問合せ:宮澤 TEL 512-0303

よそおい着付け教室

きものにふれ親しみ、道具を使わず手結びで基本の着装を目標にしています。(入会・見学随時)
日時:毎月2回(水曜)12:30～14:30(金曜)9:30～11:30
会場:(水曜)菊名地区センター他(金曜)綱島地区センター他
会費:1,500円/月(入会金、販売なし)
問合せ:梶原 TEL 541-4304

ソーイングボックス

障がい者やお年寄りの方の衣類の繕い、リフォーム。
障がい者の織ったさをり布で小物の縫製。
日時:第1・2・4金曜日、13:30～17:00
会場・問合せ:新吉田地域ケアプラザ
TEL 592-2151



「遊学スポット」掲載希望の方へ 次号は305号(2023年6・7月号)です

次号(305号)の「遊学スポット」ならび「登録グループからの会員募集」掲載依頼の原稿締切は、**4月28日(金)**です。
概ね6月10日～8月10日迄のイベント情報をお寄せください。詳しくは区民活動支援センターまで!

区民活動支援センターからのお知らせ

まちライブラリー「ミズキー文庫」からのお願い 本をお持ち寄りにください

まちライブラリー「ミズキー文庫」は、港北区役所1階エレベーターホールにある図書コーナーです。まちライブラリーとは、「本をきっかけに人と人とがつながる」「みんなで本を持ち寄り、みんなで育てる」ことを目指した取り組みで、まずはオーナーさんからの本の持ち寄りからスタートします！

人気のミズキー文庫へ、皆さんからの
本の持ち寄りをお待ちしています

- 絵本や小説、子育て、健康など、皆さんのおすすめ本のご提供をお待ちしています。
※4階48へお持ちください。内容や状態等確認させていただきます。
- メッセージカードに おすすめポイント等コメントをご記入ください。
- 本やコーナーの管理は、活動団体「ミズキー文庫友の会」の皆さんが行っています。

4階48番



「港北区グループ・団体登録」受付中です！

さまざまな分野で活動しているグループ・団体情報の登録を受付中です。
登録いただいた情報はホームページで紹介、および窓口や電話による相談の際に案内します。
また「楽遊学」の会員募集コーナーをご利用いただけます(年1回)。

- ◆横浜市の電子申請・届出システムの利用で、登録作業が簡便になりました！
(従来の「記入用紙の提出」から、「パソコンやスマホから直接入力」で、登録可能になりました)
これまでガイドブックに情報を掲載されていたグループ・団体の登録もお待ちしています。
- ◆インターネットをご利用でない団体の方や、ご不明の点は、センターまでご連絡ください。

※政治や宗教、営利を目的とする活動団体は除きます。



情報登録はこちらから
(電子申請・届出システム)

「施設利用登録」及び「貸出機材登録」の有効期間について

区民活動支援センターの「施設利用登録」及び「貸出機材登録」の有効期間は年度で2年間となっています。お手持ちの登録証のカードの有効期限をご確認ください。

2023年3月31日もしくは令和5年3月31日となっていたら、
窓口にお越しの上、更新手続きをお願いします。

区民活動支援センターでは、会議室(区役所4階)・作業コーナー(印刷機等)の利用受け付け、
また、プロジェクターやアンプ・マイク等の機材や、手作り布おもちゃ等の貸し出しを行っています。
いずれも登録が必要です。※主体的な生涯学習・公益的活動を行う市民グループ・団体が対象です。



ご意見ご感想をお寄せください

いつも「楽遊学」をご覧いただきありがとうございます。
内容についてのご意見・ご感想、お気づきの点など、支援センターまでお寄せください。

港北区区民活動支援センター(港北区役所4階48番窓口)

〒222-0032 港北区大豆戸町26-1

TEL&FAX 540-2246

Eメール ko-center@city.yokohama.jp

★開館時間★

月～金曜 8時45分～17時(土・日曜、祝日、年末年始除く)

港北区区民活動支援センター

検索

