

人と活動のつながりづくりを応援する

# にじとも広場

つながりはひろがる



2021  
18号

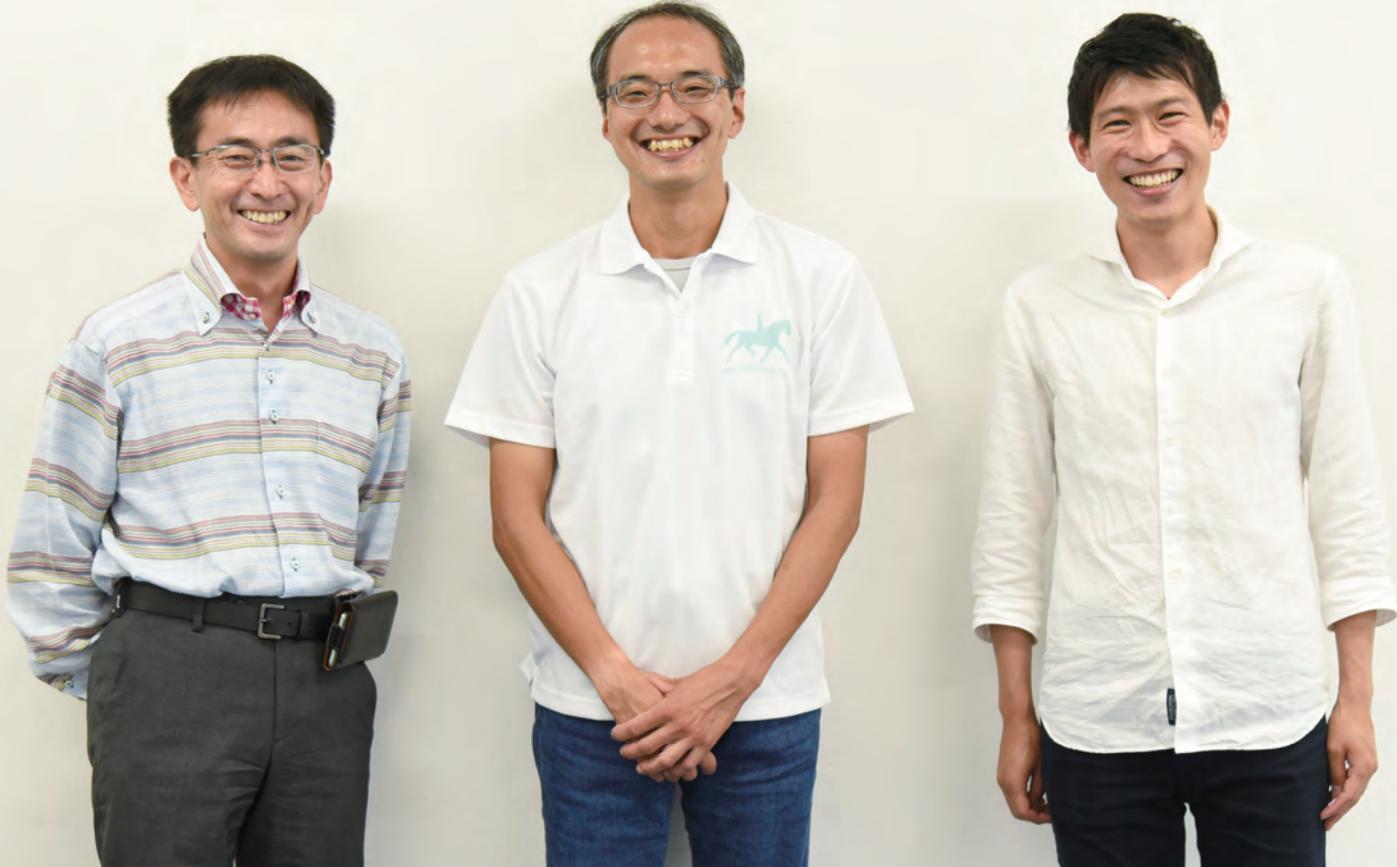


# つながりはひろがる



地域活動では、つながりと出会いが生まれます。  
同じ思いを持っていても、なかなか深くお話しする機会は無いのでは。

そんな方同士が出会ったら、どんなわくわくが生まれるのだろう？2つの対談が実現しました。



## テーマ1 「馬」でつながる

### 高島中央公園愛護会 松本道雄さん

企業で働く傍ら、まちづくり地域活動として、みなとみらいにある高島中央公園を中心に活動。「みなとみらいでponyとあそぼう！」の企画運営も行う。

活動場所：高島中央公園



### NPO法人RDA横浜 野口 陽(あきら)さん

獣医として勤務後、障がいをもつ人のための乗馬活動、NPO法人RDA横浜でインストラクターとして活動している。

活動場所：三ツ沢公園馬術練習場



### 社会福祉法人 横浜共生会 志賀政弥さん

障がいのある方やご家族の相談員として働く。子どもの頃から生き物が好き！第3地区の春まつりで乗馬体験を企画。西区地域づくり大学校卒業生。

勤務先：横浜障がい者相談システム  
ねくさす



# 見えてきた つながりのポイント

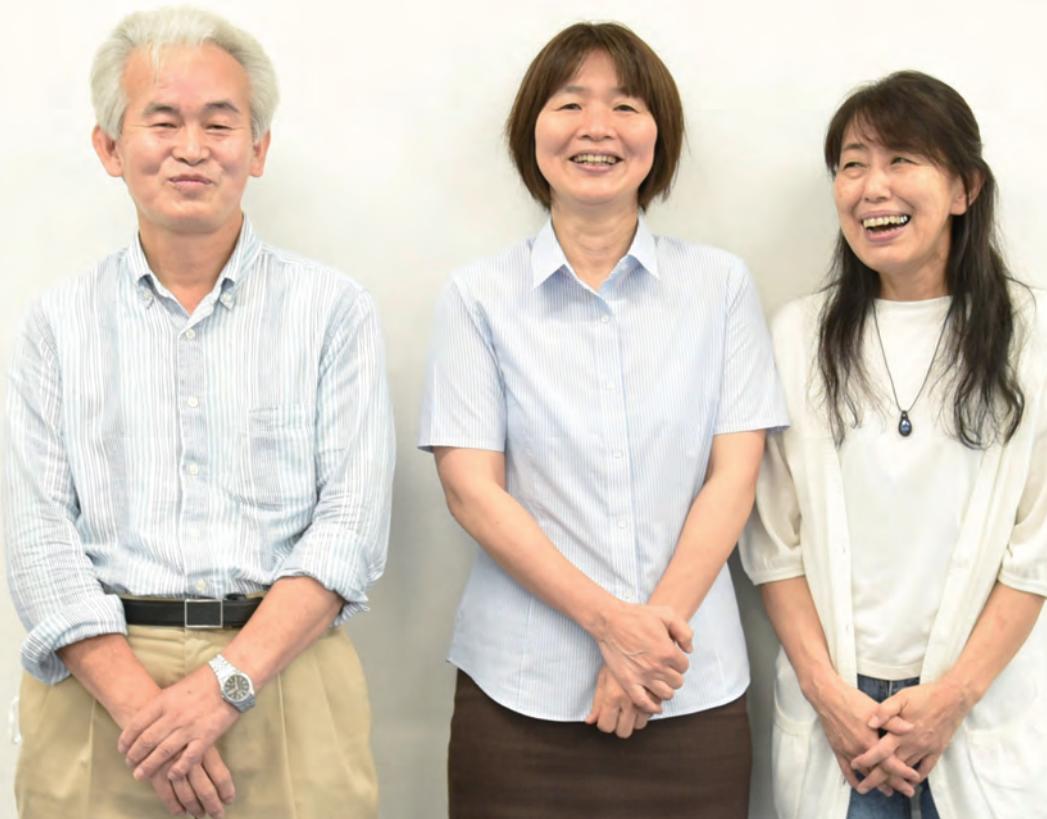
魅力を  
いかして  
きっかけ  
をつくる

好きを  
大切にする

時には  
遠慮しない

得意なことを  
お願いしてみる

できれば  
直接会って  
話す



## テーマ2 「食」でつながる

### 食支援ネットかながわ 栗城(くりき)昭司さん

毎月第2土曜日13時から生活介護事業所「支えあいの会」の屋外スペースにて、食品を配布する「フードパントリー」を実施している。

活動場所: 西区岡野2-3-30



### 三ツ沢ハイタウン福祉会 井上恵子さん

西区宮ヶ谷にあるマンション「三ツ沢ハイタウン」で、高齢者の方のサロン活動や見守りあい、毎週金曜日14時からは、移動スーパーを実施し、買い物支援を行っている。

活動場所: 西区宮ヶ谷  
三ツ沢ハイタウン

### こども食堂ハレの日ケの日 鈴木奈穂子さん

一緒に過ごせる居場所づくりを目指し、毎月第1・3土曜日に子ども食堂として自宅を開設。ママカフェやお子さんの預かりも行っている。

活動場所: 西区老松町54番地



# 馬でつながる つながりのピースは たくさんある



三ツ沢運動公園馬術練習場 厥舎

## 三者三様、 馬との出会い



**志賀**：もともと小動物が好きで、動物園で働きたいという夢を持って進学しました。大学時代に障がい者と動物が関わるキャンプへ小動物の世話をしたいと思い参加したのですが、実はそこで馬と出会いました。

人のコミュニケーションが難しい障がいの方々、馬には安心して心や体をゆだねていて、馬と人がこんな風に関わるなんてと興味を持ちました。障がい者支援に進んだきっかけでもあります。

**野口**：獣医になりたくて進んだ大学で、馬術部に入りました。ただ、その頃は乗馬の技術を磨くことが第一で、馬のことを深く知る余裕がなかったように思います。縁あってRDA横浜(※1)の活動にボランティアとして参加して、馬のことをもっと知りたいと考えるようになりました。

**松本**：住民同士の関わりを創りたいとヨコハマまち普請(※2)に応募し、高島中央公園愛護会の活動を始めました。その中でNPO法人マメポニさんとのつながりができ、みなとみらいのような場所で動物と触れ合える機会があれば面白い!と考え、「みなとみらいでポニーとあそぼう!」という企画になりました。ポニーを通じて人がつながる。それが楽しくて続けています。

## 馬がいるからこそ 広がるつながりがある



**野口**：なぜ馬に惹かれるのかはわかりません。RDA横浜のボランティアも、もとから障がい者に縁がある人は少ないです。それでも長くボランティアを続けているのは、馬には人と人を結びつける力があるのかもしれませんですね。

発達障がいの子は慣れない環境だと泣いてしまう事も多いです。だけど4、5回乗ると楽しさに気がつく。その後はみんな笑顔で参加します。RDA横浜では乗馬することだけが目的ではありません。後片付けの体験や、振り返りの中で出来たことを認めてもらうことで、達成感を感じられるよう工夫をしています。子どもを見守りながら、保護者同士が気楽に話せる場であることも、活動の大切な一部だと考えています。



RDA横浜 乗馬風景

**志賀**：馬と関わっているとワクワクします！自分で飼うことが難しい動物だから、非日常を体験できることも魅力の1つかも。人に媚びないけれど、優しくすれば優しく返してくれます。馬と触れ合うイベントを増やしたくて、第3地区の自治会に相談したところ、春まつりで乗馬体験会を行うことができました。



2019年 第3地区 ふれあい春まつり（上）  
ふれあい春まつりのチラシ（下）



刺激が生み出す、  
新たな“わくわく！”

**松本**：先日RDA横浜の見学で、改めて馬の持つ魅力を感じました。乗っている人と馬の波長が合うのを感じて、何より参加者の笑顔がよかったです。みなとみらいでのポニーのイベント参加者も、乗馬して「楽しい！」と感じることをきっかけに、馬に関わりたいと思ってくれれば、イベントではなく活動として続けていけると考えています。時間はかかりますが、地域に根付いた活動にしていきたいです。

**野口**：私たちの活動は馬が主役、インストラクターは馬と人をつなげる接着剤です。志賀さん、松本さんの話を聞いてRDA横浜の今後の活動に生かしたいと思いました。馬の維持にはお金がかかりますが、価値を理解してもらえるくらい馬の魅力や活動を知ってもらいたいです。



みなとみらいでポニーとあそぼう！

**志賀**：馬に関わりたくて、松本さんが取り組む活動に参加させてもらったことがあります。当日ボランティアとしてすることを、参加している子どもたちが全部教えてくれました。松本さんの活動を参考に、今後は地域の中で子どもたちが主体となるような馬の活動を考えられたらと思っています。

**松本**：コロナ禍になって参加者がとても増えました。公園の清掃活動やポニーの企画など、野外での活動は参加しやすいのだと思います。コロナ禍だからと萎縮するのではなく、工夫をしながら「続けること」が大事だと感じています。



受付も参加者がボランティアで

※1 RDAとはRiding for the Disabled Association の略語です。障がいのある方にも健常者と同じように乗馬や馬車操作を楽しむ機会を提供し、QOLの向上を図ることを目的として1964年にイギリスで結成された慈善団体です。

※2 ヨコハマ市民まち普請事業とは市民の皆さんの、地域の問題を解決したい、地域の魅力をもっと高めたい、という思いを実現するための施設整備に対して支援・助成を行います。

食べてつながる  
美味しいつながり、  
いただきます



三ツ沢ハイタウンでの移動販売の様子

廃棄したらもったいない！  
食品を次につなげる

栗城：元々ホームレス支援活動を行っていたのですが、様々な理由で処分されてしまう食品を、施設や人に届ける「フードパンtries」という活動があることを知り、「フードバンクよこはま」を仲間と立ち上げました。その後独立して「食支援ネットかながわ」を立ち上げました。活動する仲間は、皆さんとても個性豊かなメンバーで、それぞれの世界があって、一緒に活動していく刺激になります。

西区では、2020年4月から企業等から譲り受けた賞味期限内の食品を配布する「フードパンtries」の活動をしています。受け取り対象の限定はしておりません。最近では、毎回50名くらいの予約があり、お米や、缶詰、災害用の食品等お渡ししています。企業から突然大量の食品を頂くことも多く、受け入れ先のつながりがあるとありがたいですね。一方で、食品を集める「フードドライブ」の活動場所も広げていきたいと考えています。他にも、川崎市多摩区で学生応援プロジェクトを立ちあげ、約100人に食支援を行っています。

もっともっと  
子どもたちの関係性を豊かに



鈴木：子育てが一段落し余裕ができた時、保育士の資格を取り「人と人との関係性の貧困」を一番の課題に感じるようになりました。個人情報保護を理由に連絡網は配布されず、子どもが知っている「大人」は親か先生か塾の先生だけ、なんてこともあります。

家族や親戚、昔子ども会と一緒に活動していた方と活動しています。若いスタッフがSNSで情報発信し、中華街の大珍食品さんから余った肉まんを分けていただきたり、横浜西口ータリークラブさんに餅つきの協力をいただきたり、色々なところから応援をいただいているいます。

緊急事態宣言中は自粛していましたが、コロナで機内食が余っているからと食材をもらい、お弁当にして配布しました。冷凍庫がパンパンになりましたね(笑)。最初は自宅を開放することに抵抗がありましたが、始めてみたら気にならなくなりました(笑)。自宅を開放してもいいかな、という方が地域にたくさんいたらいでしょ。

## 高齢化を目の前に実感。 なんとかしなければ！

井上：三ツ沢ハイタウン福祉会は、2016年から高齢者の見守りを目的として活動を始めました。約900人が住むマンションは、ほとんどが高齢者。子育てをしていたころの子ども会の仲間や、餅つきをしている仲間と「何とかしなければ！」という危機感で活動しています。コロナ禍の前は講演会や血圧サロンなど、集まってお話しする機会をつくっていました。血圧サロンは、血圧を測る前後におしゃべりをするのが楽しかったですね(笑)。

安否確認のために、民生委員さんと連携して、夏は熱中症予防のために水を配布、冬は餅つきの時にお赤飯を配布しています。

そして、毎週金曜日、イオンさんに移動販売に来ていただいています。移動販売はコロナ禍も感染予防を行なながら続けていますが、1回あたり50名程度の利用があります。コロナ禍でスーパーに行くのも躊躇している方にも喜んでいただけました。

## つながる＆続けていくために

鈴木：活動を続けるためには、無理しない、負担をかけないことが大切ですね。あんなに目まぐるしく子育てしていたのに、余裕ができるとまだ自分は何かできるんじゃないのかって。「野菜に凝った細工をすると子どもたちが喜びます」と80代の方に伝えると、張り切って七夕カレーを準備してくれました。日々忙しい子育て世代にとっては嬉しい一工夫ですよね。

井上：楽しんでいただけることが一番の長続きの秘訣ですね。活躍の場があると楽しい。



フードパンtryの様子

栗城：ある絵本作家が、フードパンtryの提供を受ける側から、もううだけでは申し訳ないということでスタッフになってくれました。食品を渡すだけではなく、食材を提供する際にお話しするの大切にすることで、そこから必要な支援につなげることもありますね。

鈴木：参加するお母さんたちも、ただ参加するだけではなく、得意なことを活かして何かやってみない?と誘っています。「廃棄予定の花がもったいないから、何かに使えませんか?」と話をもらった時は、フラワーインジメントを開催したり…。参加した人は、みんな喜んでくれました。

## 読者に一言！

栗城：助けてと言うのは難しいかもしれません、遠慮しないで声をかけてもらいたいです。

井上：人と話して、関わりあえる心のよりどころを大切にしたいですね。

鈴木：気軽に参加しやすいように4月から子どもの参加費を0円にしました。子どもも大人も、どんどん参加してほしいです。

栗城：そういえば、シュークリームの「シュー」を定期的に提供できそうです。いかがですか?

鈴木：アイスを詰めたり、自分でひと手間工夫できるのが楽しそうですね!ぜひ、頂けたら嬉しいです!

井上：また一つ、「美味しいつながり」ができましたね。



活動日は、のぼりを立てて参加者を迎えてます

## 連動企画のお知らせ

### 「あの人の話を聞いてみたい！」

今号に掲載した6名の皆さんに会って、活動のお話を聞きませんか。



日 時 11月7日(日) 13:30~15:30

場 所 西区役所 3階AB会議室

定 員 20名 (オンラインZoom視聴もできます)

申し込みフォームはこちら



次号にしとも広場19号は、3月発行予定です。お楽しみに！

## 編集後記

楽しみなお祭りや行事が「ステイホーム」のために自粛・縮小となるのも2年目。「ハレ」の日の準備のために日頃何気なく顔を合わせ、共に汗をかき、一緒につくっていく過程で自然と人と人がつながっていたことを実感します。

「馬」「食」をきっかけに、縁側のように一緒に同じ時間を過ごす時間が大切にされていたことを感じました。引き続き、どのようにつながり続けていけるか。一緒に考え続けていきたいです。

みなさんも、  
新しいつながりを  
広げてみませんか。



### “にしとも広場”ってどんなとこ？

にしく市民活動支援センター “にしとも広場” は、人と活動のつながりづくりを応援する場です。  
「何か始めたい」「活動の場を広げたい」「活動に役立つ情報を知りたい」といった  
ご相談をお待ちしています。



管理運営：認定NPO法人市民セクターよこはま

TEL/FAX：045-620-6624

Eメール ni-shiencenter@star.ocn.ne.jp

ホームページ <https://nishitomo-city-yokohama.jp/>

住 所 横浜市西区中央1-5-10 西区役所1階

開館時間 9:00~17:00

休館日：毎週水曜日・年末年始(12/29~1/3)

アクセス 京浜急行「戸部駅」徒歩8分

相模鉄道「平沼橋駅」徒歩10分



情報紙「にしとも広場」は、  
西区内の郵便局、地区センターなど公共施設に配架しています。

発 行：にしく市民活動支援センター “にしとも広場”  
発行日：2021年9月

承認西区第3号