

港北区の「活動」をつなぐ情報誌

# 楽らく遊ゆう学がく

第288号

令和2年1・2月

【編集・発行】港北区区民活動支援センター

## 特集

### 「交通」を通して地域をつなぐ「コミバス市民の会」



- P.2 特集 【コミバス市民の会】
- P.3 .4 わがまち港北スポット 障害者スポーツ文化センター 横浜ラポール
- P.5 遊学スポット (港北区内のグループによるイベント情報) / 『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

### コミュニティを作るコミュニティバス？「菊名おでかけバス」とは

#### 地域住民(会員制)による、地域交通サポート

2004年発足の【コミバス市民の会】の拠点港北区錦が丘は、菊名駅すぐの便利な立地でありながら、急な坂道を避けられない地形で、“誰もが気軽におでかけし、ふれあうことができるまち”は地域の願いでした。

そんな住民の思いに、住民が向き合い、集まり、知恵と力を出し合ってたどり着いたのが、「菊名おでかけバス」。運営者も利用者も【コミバス市民の会】の会員という、地域住民による会員制地域交通サポート活動です。

#### 8人乗りワゴン車で、毎週火曜日 7便 の通常運行

2011年、地域の篤志家のワゴン車と、ボランティア(会員)の運転者と添乗員で「菊名おでかけバス」の試運行が始まりました。

2018年からは昼の時間帯1便増を実現し、毎週火曜日、9時台～15時台、右記のルートで7便を通常運行しています。利用者数・利用総数ともに右肩上がり。毎年、年間多数利用者の1位から3位の方に感謝状を贈るなどの趣向もあり、利用者側も積極的に乗車(外出)することで「おでかけバス」を盛り上げています。



ほぼ毎週利用しています。複数便を利用することで、スーパー、図書館等複数の行先を1日で回れます。コミバスがあればこそこの暮らしが火曜日を中心に回っており、ありがたいです。  
(2018年度多数利用者1位 富士塚 Fさん 91歳)



(左)添乗員は、乗車場に着く度に助手席から乗り降りし、利用者の安全をサポート！

走行中は狭い道路での対向車とのすれ違いや、停車位置の微調整をナビゲーションする、運転者の右腕です。

(表紙)運転者は、狭くて曲がりの多い尾根道を丁寧に安全運転。「それでは、発車いたします」と、添乗員と声を揃えて、各乗車場から爽やかに出発！

乗務ボランティアの方のジェントルな配慮と、乗り合わせた方との和やかな会話で、乗り心地は抜群！！



#### 地域のイベント送迎で！買い物ツアー・地域探訪会の企画で！臨時号を運行

通常運行の他に、町内会主催の桜まつりにお花見バス、デイサービスへの送迎、独自企画のランチ付き買い物ツアー、バスルート上周辺の歴史を訪ねる地域探訪会の開催等にもバスを臨時運行し、個人的なニーズにとどまらない外出機会の増進と、地域の人との交流、地域とのつながりを生んでいます。

(↓菊名みんなのひろば)

#### 町の中も、人の間も、結んで巡行

2019年、住民により地域に開かれた新しい多目的活動拠点「菊名みんなのひろば」がバスの待合所ともなり、コミバス会員がテーマに沿って発表する「コミバスサロン」も開催。外出支援と居場所づくりが繋がっています。

【コミバス市民の会】が運行する「菊名おでかけバス」は、個人のお出かけを地域のふれ合いにつなげ、コミュニティを醸成していく地域交通サポートとして、市内外からの注目度も高い先進的な取り組みに進化しています。



問合せ先(Eメール)【コミバス市民の会】 [kikuna.odekake@gmail.com](mailto:kikuna.odekake@gmail.com)



「ラポール」はフランス語で、「心の通い合い」を意味します。横浜ラポールは、障害児者がスポーツ・レクリエーション・文化活動を通して、生活の質を高め、社会参加の促進を図ることができるよう、地域での活動を含めた様々な支援を行っている横浜市の中核拠点施設です。

今回は、障害者スポーツ文化センター横浜ラポールをご紹介します。



住 所:横浜市港北区鳥山町1752番地  
電 話:045-475-2001 FAX:045-475-2053  
利用時間:月～土 9:30～21:00  
日・祝日 9:30～17:00  
休 館 日:毎月第2火曜日、年末年始  
交 通:JR・市営地下鉄新横浜駅から  
徒歩約10分  
新横浜駅からリフト付き送迎バスを運行  
(障害者優先にご協力をお願いします。)

※各施設の利用にあたっては、障害者優先利用となっております。また、利用登録が必要です。詳細については、施設にお問合せください。

横浜ラポールは、障害者がスポーツ、レクリエーション、文化活動を通じて、健康づくりや社会参加の促進をはかるとともに、障害者が主体的に参加できる市民交流を活発に行い、この活動を広く発展させていくことを目的としています。そのような役割を担い、取り組んでいる横浜ラポールは、障害者の方々にとっては、なくてはならない施設となっています。なにより自分のペースで取り組めることが、参加しやすい環境を作っています。

### 障害者に優しい工夫やサポートがあります

施設内の点字ブロックは、車いすが振動して走りにくいという声や杖の方が点字ブロックでつまずきやすいという声を聞き、点字ブロックを廊下の中央に配置し、車いすや杖の方が両側を通るようにすることで、通りやすくなるような工夫をしました。また、一般のものよりも凹凸を浅くしてあり、車いすで感じる振動を少なくしたり、つまずきにくくしています。

### 非常時のお知らせの方法も考えられていました

非常時には館内放送が流れます。全ての方に非常時をお知らせするため、要所にあるモニターにパトランプを設置して、館内放送が流れるときは、そのパトランプを赤く点滅させます。そうすることで、耳の不自由な方にも非常時を知らせることができ、モニター表示があることを視覚的に気付ける工夫をしています。



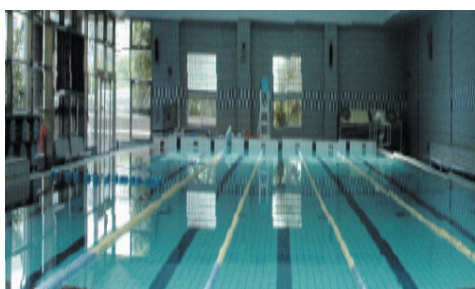
©横浜市港北区ミズキー



©横浜市港北区ミズキー

## スポーツ施設

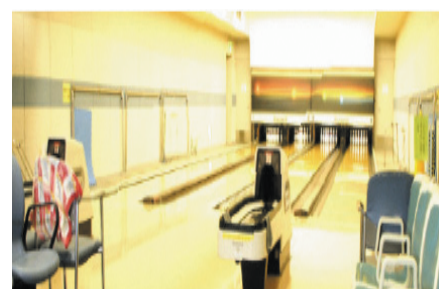
いろいろな特徴のあるスポーツ施設、フィットネスルームにはトレーニング機器がそろっていて、障害に応じたアドバイスも行っています。プールでは、プールサイドが車いすの座面に合わせた高さになっています。リフトを使って車いすのままでも水に入ることができます。ボウリングルームは様々な障害のある人にも楽しめる工夫があり、視覚障害者が卓球を楽しめるサウンドテーブルテニス室もあります。地下グラウンドには、アーチェリー場やトラック、視覚障害者が伴走なしで走れる視覚障害者用ガイドランナーもあります。



(プール)



(地下グラウンド)



(ボウリングルーム)

## 文化施設

本格的なコンサートや各種イベントなどを行えるラポールシアター。車いす用のリフトや車いす用の座席もあり、どなたでも楽しめる劇場となっています。また、誰でも自由に陶芸や料理などを楽しめる創作工房では、陶芸で使用する電気釜は利便性を考え、工房内に設置しています。高さが上下する調理台やレンジの設備もあります。

おもちゃ図書館は、障害のある子どもたちやその家族が、安心しておもちゃで遊びを楽しむことができます。また、障害児の生活領域と遊びの楽しみを広げるために、おもちゃの貸出も行われます。



(ラポールシアター)



(おもちゃ図書館)

## 聴覚障害者情報提供施設

市内で唯一の聴覚障害者情報提供施設では、手話通訳者・要約筆記者の派遣や聴覚障害者の相談、普及・啓発活動などを行っています。また、聴覚障害者向け字幕・手話入りビデオ等の製作・貸出などを行っています。



(聴覚障害者情報提供施設)

# 遊学スポット(港北区内のグループによるイベント情報)

## 日吉の戦争遺跡ガイド養成講座

～戦争遺跡を案内する平和の語り部になろう～

物言わぬ遺跡をガイドし見学してもらい、戦争の歴史を今に語り伝える。

第1回 1月11日(土) 13:00～15:30

第2回 3月 7日(土) 13:00～16:30

第3回 4月 4日(土) 13:00～15:30

第4回 5月 9日(土) 13:00～15:30

会場:慶応大学日吉キャンパス 来往舎会議室

参加費:2,000円(全4回)

申込:はがき又はFAXで①住所②氏名③年齢④電話番号を記入の上、「ガイド養成講座」係まで ※締切:1月10日(金)

〒223-0064 横浜市港北区下田町2-1-33 喜田方

問合せ:日吉台地下壕保存の会 喜田

TEL&FAX 562-0443(午前・夜間)

## 横浜共生会 おりじなる。展 Vol.8

障がいのある人たちの暮らしと仕事を紹介します。

日時:2月17(月)～2月22日(土) 10:00～17:30

(初日13:00～17:30、最終日10:00～16:00)

会場:ギャラリーかれん(港北区大倉山1-11-4)

問合せ:花みずき 地域支援担当 TEL 593-5932

## 篠原城と緑を守る会 杉山神社フォーラム IV

日時:3月7(土) 13:00～16:00(開場12:30) 会場:港北公会堂

講演:古屋紀之氏(横浜市ふるさと歴史財団)、他 参加費:入場無料

(資料代として別途500円) 定員:300名(事前申込制・先着順、

定員になり次第締切) 申込:往復はがきに①住所・氏名②人数

③電話番号④メール⑤返信はがきに宛名を記入の上、「篠原城と

緑を守る会」まで 〒222-0026 港北区篠原町2754 長福寺気付

問合せ:篠原城と緑を守る会 FAXのみ 434-1845

Eメール mamoru@shinoharajo.yokohama

## まめどシニアクラブ

① 1月のテーマ:初級麻雀教室

日時:1月23日(木) 13:00～15:00

会場:菊名地区センター 小会議室

定員:先着20名まで 参加費:300円

② 2月のテーマ:体づくりとポールウォーキング(PW)体験会

日時:2月27日(木) 13:00～15:00

会場:菊名地区センター レクホール

定員:先着20名(医師から運動を止められていない方)

参加費:300円(ポールレンタル別途500円)

申込・問合せ:大島 TEL 090-5778-6553/974-2733

Eメール ina-oshima@m07.itscom.net

## Kiの会 愛するおとなのうた6

-大人だってディズニーが聴きたい!-

日時:2月23(日) 開演 14:00(開場13:30)

会場:港北公会堂 入場料:【一般】前売2,000円 当日2,200円

【小学生・70歳以上】前売1,000円 当日1,200円【中・高・大学生】前

売1,500円 当日1,700円★ペアチケット1,800円(70歳以上の方一名

含む) チケット申込(当日引換)は、「お名前(フリガナ)、電話番号、希

望枚数」を記入の上、事務局まで ※締切:2月22日(土)17時※未

就学児についてはお問合せください。申込・問合せ:Kiの会事務局

TEL 070-5599-5527 Eメール kinokai@live.jp

## 港北図書館友の会「読書サロン」

① 平井氏「1940年幻の東京オリンピック」 1月26日(日)

講演会とサロンのコラボ 15時まで講演会、15時からサロン

② 日本の女流作家「林芙美子」 2月23日(日)

①②とも13:30～16:30

会場:港北図書館2階会議室 当日直接会場へ 参加無料

問合せ:事務局 TEL 423-2223(八木クリニック内)

# 『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

## 着付けサークル

自装・お相手着装・変り結び・袴(男女)・半幅帯など。お手持ち

のもので練習します。

日時:火曜・土曜 9:30～ 篠原地区センター

月曜 12:30～ 城郷小机地区センター

木曜 10:00～ 菊名コミュニティーハウスでも活動

会費:2,000円～2,500円/月(会場費含む)

問合せ:浜口 TEL&FAX 432-4550

## 横浜雀の会

健康麻雀(かけない、すわない、のまないが基本理念)を通じ

地域の交流を図り、高齢者の脳の活性化の一助になります。

日時:火曜、木曜、金曜(月6回) 12:00～17:00

会場:菊名地区センター(総会・幹事会)、菊名麻雀荘(例会)

会費:例会費1,200円/回、年会費500円

※その他、例会の他、大会 年2回(参加費は例会費と同じ)

申込・問合せ:阪間(さかま) TEL 534-1315

## 畑っこ・新羽の会(野外活動)

年30種前後の野菜を会員が共同で作り、育った作物をご自宅

に持ち帰り、召し上がれます。作物の作り方を畑でご指導します。

日時:毎月1回土曜(計15回/年) 9:15～13:00

と自主参加日25日 計40日前後

会場:新羽町の畑(集合は大竹会館)

対象:港北区在住のご家族(小学生がいる家族又はシニア世帯)

会費:1家族年間6,000円

申込・問合せ:眞砂(まさご) TEL 090-7248-8383

Eメール fumio\_masago@h06.itscom.net

## 英会話サークル スマイル

音読を中心とした小中高校生生徒のクラスが大好評。大人、学

校の先生の会話も教えます。是非ご参加ください。

日時:月2回 木曜・金曜 16:30～18:00

会場:菊名地区センター、菊名コミュニティーハウス他要相談

会費:2,200円(月2回分)+会場費 入会金なし

問合せ:明瀬(みょうせ) TEL 090-7011-7156

Eメール k-mose10@dune.ocn.ne.jp

## スタンダードジャズ同好会

CDや生の歌でスタンダード、ジャズ等本当に良い音楽に触れる

会。作曲家、歴史などの面白い話も加えた楽しい会。見学自由

日時:月1回 金曜 15:00～17:30

会場:菊名地区センター、大豆戸地域ケアプラザ等

会費:1回 500円(資料代、飲み物代含む) 入会金なし

問合せ:明瀬(みょうせ) TEL 090-7011-7156

Eメール k-mose10@dune.ocn.ne.jp

## 岳精流日本吟院(詩吟) 新横教場

詩吟をやってみませんか?お子様から、お年寄りまでどなたで

も、詩吟に興味のある方、一度覗いてみませんか?詩吟をやる

と!!心身ともに若返る!仲間が増える!ストレス解消に!

日時:毎週金曜 15:00～17:00

(第5金曜を除く)

会場:新田地区センター3階

問合せ:教場長・奥伝師範

武 臣風 TEL 090-3819-4418

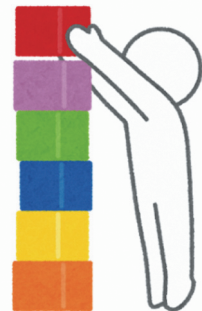


# 区民活動支援センターからのお知らせ

## スキルアップカフェ(市民活動グループ・団体向け講座)参加者募集中!

港北区内で活動している市民活動グループ・団体向けに2つのスキルアップ講座を開催します。会議をやっても、なかなか意見がまとまらない。意見が出なくて困っている…などのお悩みにぴったりなのが、「みんなの意見の整理術」。プロのファシリテーターから聴く力、問う力、表現する力を学びます。チラシを作ってもなかなか人が集まらない、日頃の活動をいろいろな人に知ってもらいたい…そんな思いには、「つながる情報伝達法」がおすすめです。いまよりワンランク上の情報発信につながる気づきが満載です。1講座のみの参加も受け付けておりますので、お気軽にご参加ください。

- ◆ みんなの意見の整理術 【3月5日(木)】 講師:竹迫 和代さん(参画はぐくみ工房代表)
- ◆ つながる情報伝達法 【3月13日(金)】 講師:斉藤 保さん(株式会社イータウン代表)



時間:14:30~16:30 会場:港北区役所4階 区民活動支援センター会議室 参加費:無料

申込:参加申込書(チラシ)を区民活動支援センターにお持ちいただくか、FAXまたはEメールでお送りください。

申込締切:2月28日(金) 問合せ:区民活動支援センター ※スキルアップ講座の詳細はチラシをご覧ください。

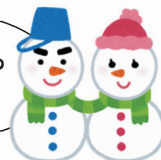
## 大倉山記念館オープンデー~まちの先生PR展~のお知らせ

2月9日(日)に大倉山記念館オープンデー~まちの先生PR展~を開催いたします。「まちの先生」の活動を広く区民の皆様を知っていただくために、ミニ体験講座などを行う予定です。

日時:2月9日(日)9時30分~17時00分

会場:横浜市大倉山記念館

ぜひお立ち  
寄り下さい



~「まちの先生」とは~

さまざまな特技、技術、経験をお持ちで、その専門知識を港北区内の地域活動や学習活動に活かしたいと考える方にご登録いただくボランティアです。

## 「遊学スポット」掲載希望の方へ 次号は289号(2020年3・4月)です

「遊学スポット」掲載依頼の締切は発行月の前々月28日です。次号の原稿締切は1月28日(火)となります。

(「登録グループからの会員募集」についても同様。) 詳しくは、区民活動支援センターまで!

● 港北区関連のイベント・講座情報は、「広報よこはま」、「横浜カレンダー・港北区イベント情報お届け便」も併せてご覧ください。スマホやパソコンからも検索できます!

港北区イベント情報

検索



## 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

港北区区民活動支援センター

検索



★開館時間★

月~金曜 8時45分~17時(土・日曜、祝日、年末年始除く)

