



インタビュー

# まちすき♡



父親向け講座講師  
パパバンド「カナメイシ」メンバー

真鍋考士さん



【プロフィール】  
IT企業勤務。週末に地域活動に取り組む。ファザリング・ジャパン会員。地域子育て支援拠点「かなーちえ」で生まれたパパバンド「カナメイシ」でも活動。神奈川区在住。小学生の娘を育てる父親。



どんな地域活動をしていますか？

横浜市内で父親向け講座の講師をしています。体を使った遊びや絵本、夫婦のパートナーシップなどがテーマです。最近、知識を聞くより、パパ同士で話したいという参加者が増えてきました。

もう一つ続けているのが、地域子育て支援拠点「かなーちえ」をきっかけに始まったパパバンド「カナメイシ」です。地域のイベントなどで演奏しています。子どもをきっかけに出会った仲間ですが、音楽という共通の楽しみがあることで、今もつながりが続いています。

子育てを始めた頃のことを教えてください。

子どもが生まれる前は、子どものいない人生もあると思っていました。妻と話し合って子どもを持つことになりましたが、妊娠中は実感がありませんでした。娘が11月に生まれ、翌年4月の保育園入園までを夫婦で分担しました。前半は妻、後半の約2か月は自分が育児を取り、赤ちゃんと一緒に過ごしました。

子育てのスイッチが入ったきっかけは？

育児中は、自分が主体になってミルクや寝かしつけなどを判断しなければなりません。何をしてても途中で泣き出し、家事も中途半端。赤ちゃんと一緒に家でいると、社会から切り離された

ように感じました。

そこで毎日のように「かなーちえ」へ出かけました。スタッフやほかの親と話すうちに、地域にこんな場所があること、子育てを支えてくれる人がいることを知りました。子育てをきっかけに、地域への罪が開いた感覚があります。

子育てで暮らしは変わりましたか？

仕事の進め方が変わりました。それまでは、自分の中で完成形まで作ってから人に見せたいタイプでした。でも子どもがいると、予定通りに働けないこともあります。そこで、完成度が低くても早めに共有し、周りに頼るようになりました。家庭の予定も職場のスケジュールに入れ、この時間は育児のために帰る」と自分から伝えるようにしました。

子育てで世代に伝えたいことはありますか？

子育ては、一人で全部でなくてもいいと思います。特に男性は、自分で解決しようとして、周りを頼るのが苦手なことがあります。でも、子育てを二人で抱え込むのはとても大変です。

しんどいときは「しんどい」と言う。人を頼る。家族以外にも話せる人をつくる。子どもと過ごすことで、自分が子どもの頃に通った道をもう一度たどるような楽しさもあります。大人自身も一緒に子育てを楽しんでもらえたらと思います。



横浜市内にある3つの動物園が順番で動物を紹介します。

## コアラ



提供：金沢動物園

10月25日は日本に初めてコアラがやってきた「コアラの日」。金沢動物園には現在5頭のコアラがいます。今年6月15日にコアラの赤ちゃんが「出袋(しゅったい)」しました。コアラは有袋類に分類され、生まれた時の赤ちゃんの大きさは2cm、重さは1gほど。毛が生えていなく耳も聞こえず目も見えずとても未熟です。そんな赤ちゃんが自力で這い上がりお母さんの袋に入るのです。それから6カ月ほどすると、袋から顔や体を出すようになります。赤ちゃんが完全に袋から出るのが「出袋(しゅったい)」です。その後も抱っこやおんぶをしてもらったり、袋の中のおっぱいをもらったり、ユーカリを食べる練習や木登りの練習をしたり、お母さんに大事に育てられながら成長していきます。

横浜市立金沢動物園（金沢区釜利谷東5-15-1） ☎045-783-9100  
■開園時間9:30～16:30 ■休園日：休園日：毎週月曜日（祝日にあたる場合は翌日）、12/29～1/1 ＊5月10日は無休 ＊臨時開園あり  
■入園料：一般500円、中人・高校生300円  
小・中学生200円、小学生未満無料

＊動物園で開催している親子向けイベントを  
バイ★キッズLINEでお知らせ。LINE登録は4面を見ても。



## 身近でできるSDGs

このコーナーではSDGsの17の目標に向けて  
身近にできることを紹介していきます。



## インクルーシブ遊具のある公園

「インクルーシブ(inclusive)」には、「仲間はずれにせず、みんな一緒」という意味があります。インクルーシブ遊具とは、障害の有無や体格・年齢に関わらず、みんな一緒に安心して遊べるように工夫された遊具のことです。

横浜市金沢区にある小柴自然公園には、横浜初の「みんなのあそびば(インクルーシブ遊具広場)」があります。すべての子どもたちが同じ空間で体験や景観を共有できるスペースとして整備されました。



横浜市金沢区長浜116-2



こんな遊具があるよ

### ★くるくるドーム

車いす、ストレッチャーでもあそべます。  
内側の取っ手を回すと回転します。

遊び方を遊具ごとに  
動画で紹介しています。



小菅ヶ谷北公園（横浜市区小菅ヶ谷4丁目31番ほか）にもインクルーシブ遊具があるよ

### 小柴自然公園みんなのあそびばの特徴

- 13種類のインクルーシブ遊具
- フェンスで囲まれているので飛び出しや迷子の心配がない
- 遊具の周りは転んでも安全なゴムチップ舗装
- 駐車場から平坦なルートで簡単にアクセスできる
- 園内にトイレが3か所あり、そのうち1つには多機能トイレを2つ完備



## パパと遊ぼう！

秋まつりへ行こう！



### ③第34回保土ヶ谷宿場まつり

2026年10月11日(日)・12日(月祝) @保土ヶ谷駅周辺  
江戸時代の歴史を感じさせながら、地域住民の交流と商店街のにぎわいを生み出すお祭りとして親しまれている伝統あるイベントです。ぜひお出かけしてみたいいかがですか？

秋の横浜は、各区の特色が詰まった「区民まつり」や大イベントが目白押し！美味しいグルメの屋台や、体験コーナー、賑やかなステージなど、地元ならではの魅力が満載です。



まとめページへは  
QRコードから



横浜のパパが発信！  
パパが子育てを楽しむための  
コーナーです。

asobii  
— yokohama —



### ②第11回 横浜よさこい祭り～良い世さ来い

2026年10月17日(土)・18日(日)  
@みなとみらい新港地区(全7会場)  
全国から約120チーム・2,800名もの踊り子が集結！迫力満点の演舞と華やかな衣装は、見るだけで大人も子どもも大興奮間違いなし！

### ④第11回鶴見ウチナー祭



2026年10月31日(土)・11月1日(日) @入船公園(鶴見区弁天町3-1)  
沖縄の芸術文化、美味しい食、そして人々の温かさがギュッと詰まった「鶴見ウチナー祭」！横浜にいながら、まるで沖縄に旅行にきたかのような賑やかな一日が待っています！