



2026年4月1日発行 (毎月1日・1回発行) 1988年1月27日第3種郵便物認可 定価50円 発行/公益財団法人横浜YMCA 広報センター 〒231-8458 横浜市中区常盤町1-7 Tel 045-662-3721

横浜青年

YMCA NEWS

4

黒海を望む街から、希望の灯を絶やさずに オデーサYMCA ヴィタリー・ヴァカルチュク 会長



オデーサYMCA ヴィタリー・ヴァカルチュク 会長

横浜YMCAでは2022年2月のウクライナ侵攻直後から避難民支援活動を続けています。侵攻から4年が経過し、2月28日には横浜の姉妹都市であるオデーサYMCAとオンラインで、今、現地で何が起きているのか、そして私たちは何をすべきなのかをともに考える「THE VOICE OF UKRAINE」を開催しました。今号では、2025年にYMCAに加盟したオデーサYMCAヴィタリー・ヴァカルチュク会長のメッセージを紹介し、これからの支援や未来のあり方について考えていきたいと思います。

私たちの街、オデーサは美しい港町です。団体のロゴの波は、私たちのアイデンティティである黒海を象徴しています。私たちは2024年7月25日に正式登録された新しいYMCAです。戦争という過酷な状況下で誕生し、2025年10月にはYMCAウクライナの正会員となりました。現在、私たちの活動を支えているのは、14歳から27歳の若きボランティアたちです。戦争の影響で多くの男性メンバーが国外へ出ざるを得ず、今いる一人ひとりがかけがえのない存在です。なぜなら、YMCAを形づくるのは、制度ではなく「人」そのものだからです。

困難の中で広がる多角的な支援

私たちは現在、教育的、創造的、社会的な取り組みを組み合わせた活動を展開しています。その一つが動物保護です。家族を失った約700匹の動物(主に猫)を保護しているシェルターと

協力し、医薬品や食料の購入支援を行っています。若者のエンパワーメントにも注力しています。HP社との連携によるITクラブでは、AIや動画編集の講座を実施しました。そこから派生した「Y-craft」では若者が自らサーバーを構築、メディアコンテンツの制作も行われ、若者が未来を描ける場所を守り続けています。

横浜との出会い、そして「海を越える図書館」

理事のマリアさんは「私たちにとって、横浜YMCAとの出会いは驚きと喜びに満ちたものでした。遠く離れた異国の地が、私たちに関心を持ってくださるとは想像もしていなかったからです」と語っています。現在、横浜YMCAで働くウクライナユースとともに、「海を越える図書館」プロジェクトを準備しています。日本で暮らすウクライナの方々へ母国の本を届けることやオンラインによる読書会を通じて心をつなぐ



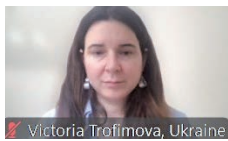
▲支援者とともに活動開始1周年(2025年7月25日)を祝う(オンラインTHE VOICE OF UKRAINEより)

試みです。また、被爆国である日本で平和を学ぶプログラムの実現も模索しています。いつかみなさんにオデーサに来てほしいですし、日本を訪れてみたいです。しかし、日常は依然として過酷で、絶え間ない停電、夜は眠れず、昼は仕事になりません。ミサイルがエネルギー施設を叩けば、水もネットも暖房も止まります。23歳以上の男性は国外へ出られず、多くの人がPTSDを抱え、家の中が外より寒い日もあります。それでもユーモアや歌、互いの支え合い、心からの対話によって、みな生き抜いています。私たちは今日も前を向いています。

皆さんの支援は私たちの大きな力になります。カイロー一つを届けること、あるいは世界で起きている真実を周囲に伝えること、それだけでも十分な支援です。設立間もない私たちは、機材や家具、運営費など、あらゆる助けを必要としています。すべては「誰か」から始まります。そして今日、それがあなたから始まるかもしれません。

若者に安全な居場所と希望を届け、未来へつながる支援

ウクライナYMCA同盟 ビクトリア・トロフィモア総主事



Victoria Trofimova, Ukraine

ウクライナで最初のYMCAは1902年に設立されました。ソビエト連邦時代は長く活動を禁止されながらも、ウクライナが独立した1992年に活動を再開し、若者の支援とコミュニティのサポートを展開しました。2022年の全面侵攻以降は緊急支援活動が活動の中心となり、一部のYMCAは一時避難所となりました。ミサイル攻撃から身を守り、救急救命講習会の開催やメンタルヘルスのサポート、アートセラピー、ヨガ、子どもたちへは今も継続してキャンプを提供し、居場所の提供とレジリエンス(心の回復力)を高める活動を行っています。

戦争により多くの人々が大切な人や家を失い、世界には600万人以上のウクライナ避難民、国内には400万人以上の避難民がいます。彼らは住居、雇用、教育の支援を必要としています。私たちは、安全な居場所をつくり、希望を届け、国外へ行く機会がありながらもウクライナに残ることを選んだ若者たちに、明るく幸せな未来を提供する責任があると考えています。

平和で人間らしい未来へ

ナタリア ムリヤフカさん



2022年3月26日に、当時6歳と2歳の娘二人と日本の叔母のもとへ避難して来ました。日本で最初に手を差し伸べてくれたのはYMCAでした。衣食住の支援は確かに重要ですが、子どもたちが本当に生きるためには喜びが欠かせません。水泳や絵画の習い事やキャンプ、富士山や三浦のYMCAで過ごしたことで、子どもたちに笑顔があふれました。これらの活動はただの娯楽ではなく、子ども時代を取り戻すための大切な時間です。皆さまの支援は、平和で人間らしい未来へつながっています。

戦時下の緊張感伝わってきた

自家焙煎咖啡店 陽のあたる道 犬飼康雄さん



遠く離れたウクライナのYMCAの方のお話をリアルに聞けてとても良い機会でした。途中、現地からの音声が届きましたが、画面だけでも戦時下にいる緊張感が伝わってきました。また、みどりクラブでお見かけするナタリアさんのお話も印象的でした。不安の中で避難してきた母娘を温かくサポートしている横浜YMCAの役割の大きさもあらためて認識しました。カテリーナさん、リリアさんをはじめ、今回のプログラムを準備してくださいましたYMCAスタッフの皆さんに感謝いたします。

ホドス

今、世界各地では戦いが頻発しており、治まる気配がなく厳しい状況である。日本でも戦後80年を超えて戦争のむごさを経験した人びとが少なくなり、戦争を経験した方々の生の声を聞き取ることが、いかに大切かと思う▼そのような中で、去る3月22日午後1時から、桜木町の健康福祉総合センターで映画「ひめゆり」が上映された。この映画は、沖縄戦に動員され看護活動をされた女子生徒さんの中で、生き残った方々が実際に経験したことを証言している映画である▼この映画上映に奔走したのは、友人の矢野清さん。矢野さんは、福祉施設の施設長として長く働いて来られたが、一昨年に退職後、4月に沖縄を初めて訪ねられた。その時、「ひめゆり平和祈念資料館」を訪れた後、ひめゆり学徒が過ごした壕に入ってから10数分過ぎると飛んできた虫たちにいたたまれなくなったとのこと。それだけではなく、何か不思議な経験をされたという。上から何か降りて来たような経験があったという。それ以来、矢野さんは何度も沖縄を訪ね、ひめゆり学徒が実際に過ごしたすべての場所を訪ね、資料を読み込まれたのであった▼その中で、「ひめゆり」学徒の生存者の方々の22名の経験を証言した映画「ひめゆり」の上映を思い、戦争というものの実態を伝えなければならぬと考えられたのであった。この映画を見て、わたしも、人の命を尊ぶ歩みをしていかなければとの思いを新たにさせられた。

(ま)

YMCA NETWORK NEWS

Y-LETでユースがともに学び、交流深めた 青少年指導者養成基金により未来の指導者育む



横浜YMCAでは、「VISION2034」基本方針2「FOR YOUTH DEVELOPMENT」：公正で平和な世界に向けて、ユースが自らの能力を最大限に発揮し、主体的かつ積極的な貢献によって社会を変革し続けるために、キャラクター・ディベロップメントの価値観を持ったユースによる、より良い地球社会・自然環境を目指した活動を推進することを目指している。

その一環として、2月28日から3月1日に、三浦YMCAグローバル・エコ・ヴィレッジにて



▲相手の話をよく聞き、それぞれが意見を述べたグループトーク

Y-LET (Yokohama YMCA Leader Education & Training)が行われ、研修会には、横浜中央、湘南とつか、川崎、藤沢、金沢八景、鎌倉、山手台センター、東とつかセンターで活動するリーダー42人が集まり、学びと交流の時となった。

最初に行われた開村式では、松本愛李さん(川崎YMCA水泳・キャンプユースリーダー)が「このリーダートレーニングを通して、それぞれが意識を高め、学び、交流し、これからの活動に活かしていきましょう」とあいさつがあった。

基調講演は、太田未来氏(株式会社studio-L)を講師に迎え、「話せば変わる? 黙れば止まる?」をテーマに、コミュニケーションの取り方やコミュニティデザインについての学びを深めた。太田氏は、公園や公共施設の設計からその後の運営に市民が関わるプロジェクトや民間商業施設などを地域に開くプロジェクトへの関わりか



▲学びと交流を深めたY-LETに参加した皆さん

ら、良きコミュニケーションをとるには、人が安心して話せる場をつくること、参加する人を「当事者」にすること、小さな声を丁寧に聞くこと、人と人の関係を育てることが大切であると話した。

グループタイムでは、グループに分かれ、話しやすい雰囲気をつくることからはじめ、誰かが話すのを待つのではなく、「話せば変わる。動けば進む」ことを意識してそれぞれが互いを理解し、相手の話をよく聞き、それぞれが意見を述べた。活発なディスカッションを整理するためにマンダラチャートを用いて行った。

ユースとして参加した32人には、横浜YMCA青少年指導者養成基金が適用された。

「わすれない…つながる」活動 仙台・福島・能登の現状学び、交流図る

東日本大震災から15年、能登半島地震から2年。横浜YMCAでは、「わすれない…つながる」活動を継続している。3月20日踊場地区センター、21日湘南とつかYMCAにて、県内14の保育園が中心となり、支援先との交流を通じ「私たちにできること」を考える機会を持った。仙台すずめ踊り「まつり宝山」の演舞のほか、震災直後から支援した福島県いわき市わかぎ幼稚園・小島保育



▲震災当時の状況とこれからの取り組みを語る本谷社長

園園長からの近況報告、能登支援スキーキャンプに派遣したスタッフから活動報告が行われた。また、能登半島地震・豪雨で被災した輪島市町野町まちの保育園園長、「もとやスーパー」本谷一知社長とオンラインで交流。本谷氏は水害で絶望した際に全国から来たボランティアに救われ70日後に営業再開できた経緯、再生に向けた復興の拠点や教訓を語り継ぐ場として、宿泊機能を備えたスーパーへの新たな取り組みを語った。報告後には、「まつり宝山」から能登・震災支援募金が寄せられた。

2月に行われた東日本地区YMCAスタッフ研修会(同総主事会議主催)では、福島県双葉町・富岡町・浪江町を訪問し、東日本大震災や原子力災害に関する学びと伝承館の見学、語り部からの経験と教訓を学んだ。横浜YMCAから参加したスタッフのコメントを紹介する。

東日本地区スタッフ研修会に参加して

浪江町、双葉町から学び、教訓生かす
YMCAあつぎ保育園ホサナ 藤井 真美子

研修で浪江町、双葉町を訪問しました。自然豊かな地に復興の兆しを感じる一方、静かな町で寂しさも感じました。現地の方の「安全な場所が増えているので、先入観を持たずに福島に寄り添ってほしい」という言葉が印象的でした。今後も被災地の現状を知り、町の活性化が進むよう願って、私たちのできることとして、とくに保育園での防災訓練を通じて自分たちのできる備えを継続していきます。



「知らない」を知る。未来へつなぐ今の想い
大和YMCAライフサポートセンター 瀬戸 聡

「自分は何も分かっていなかった」今回の研修で最初に抱いた率直な感想です。被災した方の声を聞き、現地を歩いて肌で感じる空気は、想像とは全く別物でした。更地に草が生い茂り、建物が点在する光景を目の当たりにし、15年という歳月の重さと現状を思い知らされました。電気を使うこと、原発に頼ること。この先も決して目を逸らさず、考え続けなければならないと強く感じました。



横浜 English Speech Contest 小学生が学習の成果を発表

横浜YMCA語学事業では、3月7日に湘南とつかYMCAにて「横浜YMCA English Speech Contest」を開催した。湘南とつか・藤沢YMCAの小学生10人が出場し、日ごろの学習の成果を発表した。子どもたちは小学生英語1年目、2~3年目、4年以上学習している3グループに分かれ、それぞれが「My Favorite Activities」「My Dream Job」「My Daily Routine」などのテーマでスピーチした。グループごとに優秀賞が選ばれ、審査員からは、子どもたちの努力を称えるコメントと学習への励ましの言葉が贈られた。



三浦 ウクライナの文化を紹介 三浦の市民活動体験会

3月8日から15日に開催された「市民交流センターまつり2026」(主催・会場 三浦市民交流センターニナイテ、共催 三浦市・三浦市社会福祉協議会)は、「三浦の市民活動を知ろう! 応援しよう! 参加しよう!」をテーマに開催された。三浦YMCAグローバル・エコ・ヴィレッジも出展し、活動紹介やパヤオクラフトの販売のほか、3月13日には市民活動体験会として「ウクライナを知るワークショップ」を実施した。ウクライナユースのカテリーナさん、リアさんが参加し、市民との交流を行うとともに、ウクライナの文化や現状を紹介した。



♪子育てランド♪ 春、食事意識し元気に

4月は桜が咲き、新生活が始まる季節です。この時期は、食べる量に波が見られることがあります。園では量よりも一口でも自分から食べられた経験を丁寧に重ね、気持ちの安定につながることを優先しています。

春は寒暖差が大きく、環境の変化も重なるため、体にとっては負担のかかりやすい季節です。体温や消化吸収を調整する自律神経が乱れると、胃腸の働きが低下し、食欲不振や便秘につながります。

腸内環境は免疫機能の維持にも関わる大切な役割を担っています。

ヨーグルトや納豆などの発酵食品に加え、春キャベツやたけのこなどの食物繊維を含む食材は、腸内細菌の働きを支えてくれます。納豆と刻んだ春キャベツを和えるだけでも、発酵食品と食物繊維を一緒にとることができます。

また、温かい食事をなるべく一定の時間にとることも、腸のリズムを整える助けになります。ご家庭でもできることから少しずつ取り入れ、春を元気に過ごしていきましょう。

幼保連携型認定こども園YMCAいずみ保育園
栄養士 谷 知佳子

横浜中央YMCA Tel 045-662-3721
 横浜北YMCA Tel 045-433-4321
 藤沢YMCA Tel 0466-26-1151
 横須賀YMCA Tel 046-854-5126
 川崎YMCA Tel 044-932-2031
 厚木YMCA Tel 046-244-4181
 鎌倉YMCA Tel 0467-24-7859
 YMCA山手台センター Tel 045-813-1022
 湘南とつかYMCA Tel 045-864-4768
 金沢八景YMCA Tel 045-782-3003
 YMCA東とつかセンター Tel 045-392-3747
 大和YMCAライフサポートセンター Tel 046-264-3192

横浜YMCAワークサポートセンターアンジュ Tel 045-867-0090
 横浜YMCAワークサポートセンターレザン Tel 045-860-5252
 YMCAあつぎ保育園オサナ Tel 046-222-8619
 YMCA山手台保育園アルク Tel 045-813-1022
 YMCAとつか保育園 Tel 045-870-3663

YMCAマナ保育園 Tel 045-790-3588
 YMCAとつか乳児保育園 Tel 045-870-3235
 YMCAつるみ保育園 Tel 045-500-5030
 YMCAかわさき保育園 Tel 044-520-1825
 YMCAいずみ保育園 Tel 045-800-3010

YMCA東とつか保育園 Tel 045-820-5588
 YMCA東かながわ保育園 Tel 045-440-3763
 YMCAたかつ保育園 Tel 044-281-7833
 金沢八景YMCA保育園 Tel 045-353-5130
 YMCAオベリン保育園 Tel 042-707-9974
 大和YMCA保育園 Tel 046-214-3192
 富士山YMCAグローバル・エコ・ヴィレッジ Tel 0544-54-1151
 三浦YMCAグローバル・エコ・ヴィレッジ Tel 046-888-2100
 鶴見中央YMCA Tel 045-508-7800
 YMCAライフサポートセンター鶴見 Tel 045-506-0131
 本部事務局 Tel 045-662-3721

INFORMATION

横浜YMCA



●感染症等の拡大防止のため、イベントを延期・中止させていただく場合があります。(参加費は税込み)

レクチャー

■イングリッシュセミナー

日時 4月17日(金)午前10時~12時
 会場 鎌倉YMCA・オンライン(Zoom)
 テーマ Bolivian Independency and the implications in our development and multicultural society
 ゲスト Lucy Mariel Lopez Quiroga さん(ボリビア)
 内容 ボリビアの独立が国の発展や多文化社会にもたらした影響について学びます。

参加費 会員1,200円・一般1,500円
 申込み kamakura_info@yokohamaymca.org
 問合せ 鎌倉YMCA Tel 0467-24-7859

イベント

■ダイナミックサマー inバンクーバー Camp Elphinstone

日時 8月8日(土)~16日(日)9日間
 訪問先 カナダ・バンクーバー
 対象 小学3年生~高等学校1年生(15歳以下)
 参加費 プログラム研修参加費(YMCA手配) 460,000円、旅行代金・渡航手続費

連費用(旅行会社手配)251,000円(燃油サーチャージ74,960円/2026年2月時点、eTA登録申請費用は含みません)
 オンライン

説明会
 4月2日(木)・4月8日(水)・
 4月16日(木)・4月22日(水)・
 5月13日(水)午後6時30分~8時
 QRコードからお申し込みください。

問合せ 湘南とつかYMCA 英語学校
 Tel 045-864-4768

○カナダ・バンクーバーの英語キャンプを通して、成長を感じられる夏にしてみませんか。キャンプの詳細は、「横浜YMCA ダイナミックサマー」で検索ください。

キリスト教理解

■とつか聖書を学ぶ会

日時 4月16日(木)
 午前10時30分~11時30分
 会場 湘南とつかYMCA 4階教室
 テーマ 聖書を楽しく学ぼう
 講師 堀野浩嗣氏(横浜戸塚バプテスト教会牧師)

参加費 無料
 問合せ 湘南とつかYMCA
 Tel 045-864-4768
 ymsports@yokohamaymca.org

○聖書を一緒に学んでみませんか。

子育て支援

■横浜子育てサポートシステム入会説明会

日時 ①4月14日(火)午前10時~11時
 ②4月23日(木)午後1時30分~2時30分
 場所 中区地域子育て支援拠点のんびりんこ
 対象 横浜子育てサポートシステムに入会を考えている方
 申込み QRコードからお申し込みください。

問合せ 横浜子育てサポートシステム中区支部事務局
 Tel 045-663-0676

■プレママ・プレパパDay

日時 4月28日(火)午前10時~11時
 会場 金沢区地域子育て支援拠点とことこ
 対象 第1子妊娠中の方
 内容 先輩ママ・パパとおしゃべりタイム
 問合せ 金沢区地域子育て支援拠点とことこ
 Tel 045-780-3205

採用説明会

2027年度 総合職採用説明会
 日時 4月18日(土)午前10時~正午
 会場 横浜中央YMCA
 内容 採用説明会
 申込み 就職情報サイト マイナビ2027からお申込みください。

問合せ 横浜YMCA本部事務局 人事・採用
 Tel 045-662-3721
 ○ご不明な点はお問い合わせください。

学校説明会

■YMCA健康福祉専門学校

日程 4月11日(土)午前10時~12時 / 午後2時~4時
 4月25日(土)午前10時~11時30分 / 午後2時~3時30分
 内容 入試説明・学校見学
 申込み QRコードからお申し込みください。

問合せ Tel 046-223-1441

■横浜YMCA学院専門学校 国際情報ビジネス科

日程 4月18日(土)
 午前9時30分~11時30分
 申込み QRコードからお申し込みください。

問合せ Tel 045-661-0080
 ○各校、個別相談や見学も受け付けています。

ボランティア情報

横浜YMCAでは、「ユースリーダー」(指導者)を募集しています。みなさんの個性を活かした活動をYMCAで行ってみませんか。詳細は各YMCAへ。

折り紙でひな人形づくり みどりクラブ

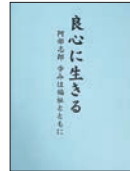
3月に行われたみどりクラブでは、ひな祭りの時期に合わせ、折り紙を使ったひな人形づくりを行いました。手先を細かく動かしながら工夫して作った折り紙は、参加者それぞれの個性が感じられる作品となりました。

また、完成したそれぞれの作品の感想や印象を語り合いながら、ひなあられや菱餅などのひな祭りにちなんだお菓子も味わい、楽しいひと時を過ごしました。さらに、ウクライナ語の図書コーナーや体操の時間が設けられ、充実した時間となりました。



【出版のご案内】 阿部志郎氏『良心に生きる』

横浜YMCAを維持会員・常議員・指導者として長年支え、2月に100歳を迎えられた阿部志郎氏(社会福祉法人横須賀基督教社会館会長)の最新刊が刊行されました。福祉の先駆者である阿部氏が、現代社会で「良心」を保ち、他者と生きる指標を綴った貴重な一冊です。
 書名 『良心に生きる 阿部志郎 歩みは福祉とともに』
 価格 2,410円(税込・送料込)
 発行 阿部志郎100歳記念本刊行会
 申込み 横須賀基督教社会館へメール
 taura-yokosuka@yokosuka-ccc.jp
 ※メールで入金方法確認・入金後の申込み。



140years of HISTORY

横浜YMCAは2024年10月に140周年を迎えました。140年のあゆみを写真で紹介します。



▲開催から10年を迎えた障がいのある子どもたちの体操クラス「伸っ子」修了・卒業式(於 横浜中央YMCA 1992年3月)

My Y Story 195

YMCAで育む豊かな居場所 保育園に感謝、そして学童へ

幼保連携型認定こども園
 YMCA東とつか保育園

松野 麻里子

保育園を探す中で、YMCA東とつか保育園を知りました。キリスト教精神に基づき、主体性を育む方針、異年齢保育やキャンプ、平和への取り組みのすべてが魅力的でした。見学時に、泥んこになり目を輝かせて駆け回る子どもたちの姿に「ここに通わせたい」と気持ちが強まりました。自宅から離れている不安を前田先生に相談すると、「この園の子はすぐ友だちができるから大丈夫」と励ましてくださり、決意が固まりました。園では親子ともに安心して過ごせたことが一番の収穫でした。先生方は子どもの良い面を細かく見て伝えてくださり、初めての子育てで不安だった私に寄り添い、共に成長を見守ってくれる存在は大きな支えでした。

上の子は入園当初、毎日泣いていましたが、優しく接してくれる年長のお姉さんのおかげで楽しく通うようになりました。成長すると今度は本人が憧れのお姉さんのように下の子の面倒を見るようになり、卒園後にYMCA学童でそのお姉さんと再会した際は本当に喜んでいました。こうした出会いが精神的な成長につながったと感謝しています。下の子も、スポーツデーの「すずめ踊り」に消極的でしたが、練習を通して「楽しい」という心境へ変化しました。当日の踊る姿には胸が熱くなりました。

4月から下の子もYMCA学童に進みます。学校とは別に、保育園からの友だちや慣れ親しんだリーダーがいる「居場所」があることで、小学校生活がより心豊かになると確信しているからです。平和活動やキャンプなど成長につながるプログラムが充実している点も大きな魅力です。上の子も学童キャンプでかけがえのない体験ができました。下の子も学童で「やりたい」をたくさん叶えてほしいと願っています。

私自身もこの素晴らしい出会いに感謝し、今後も園の活動を応援し続けたいと考えています。当たり前な日常が恵まれていること、世界には困難に直面している人びとや多様な人がいることを「知る」ことは重要です。園での英語遊びやピンクシャツデー、海外文化に触れる活動は、今は種まきの段階ですが、成長とともにそれらが思考や行動のベースになることを願います。



▲保育士とともに、園のエントランスにて(2026年3月)