

# みどり親子 の 木 木あそびナビ

でかけよう！みどりの森へ

.....  
子どものなまえ

.....  
保護者のなまえ

.....

横浜市緑区

## はじめに

『森と緑のまち緑区』には、樹林地や里山・農地などの、人々が丁寧に手をかけて育んだ自然が多く残っています。

区内には、市民の森・ふれあいの樹林や大小さまざまな公園があり、いつでも家族と一緒にのんびりと過ごすことができる空間があります。市内でも一番多くの緑を有していることは緑区の自慢です。

この『みどり親子の森あそびナビ』は、幼児がいるご家庭向けに、身近にある「みどり」で楽しく安全に、安心して過ごすことができるよう作成しました。



## もくじ

|                 |    |
|-----------------|----|
| はじめに            | 2  |
| おうちの方へ          | 4  |
| 森あそびナビの使い方      | 5  |
| 親子で身近な自然を楽しむコツ  |    |
| 自然遊びの3つのひけつ     | 6  |
| 自然遊びに出かけるときの持ち物 | 9  |
| 緑区の公園           | 10 |
| 緑区の市民の森・ふれあいの樹林 | 12 |
| 行ってみよう          |    |
| 樹林地に行こう         | 14 |
| 竹林に行こう          | 18 |
| 原っぱで遊ぼう         | 22 |
| 小さな公園で遊ぼう       | 26 |
| 街路樹・植込みを見てみよう   | 30 |
| 田畑周辺に行こう        | 34 |
| 緑区の自然           | 38 |
| 気を付けたい生き物たち     | 41 |

我が子を、自然の中で思いっきり遊ばせたい!…  
と思っても、子育て中はなかなか出かける時間  
がとれないかもしれません。

どうやって遊ばばよいか困ったり、生き物や草花  
のことをよく知らないと不安にもなります。ケガをする  
のではと心配も尽きません。

でも大丈夫!

ほんの少し「身近な自然遊びのコツ」を知ると、道具  
や遊具がなくても自然の中で楽しく安全に遊ぶことが  
できます。

そして自然は、子どもとあなたの心と体を健康に  
してくれるとっておきの空間です。

生活の中に自然遊びを取り入れると、子育てがもっ  
と楽しくなります。自然豊かな緑区での子育てを思い  
切り楽しんでください。



緑区キャラクター「ミドリン」

この冊子の前半では、「親子で身近な自然を楽しむ  
コツ」と、いつでも行ける「緑区の公園」「緑区の市民  
の森・ふれあいの樹林」を紹介しています。お出かけ  
の前に、ぜひ読んでみてください。

後半の「行ってみよう」のページでは、環境ごとに  
6つの場面（樹林地、竹林、原っぱ、小さな公園、街  
路樹・植込み、田畑周辺）で、具体的な遊び方や子  
どもへの関わり方の例を載せています。

巻末では、「緑区の自然」「気を付けたい生き物た  
ち」の情報も紹介しています。

### 「行ってみよう」のページの使い方



「行ってみよう」のページでは、親子で  
身近な自然を楽しむコツとして、次の  
3つのひけつを紹介しています。

- ・かかわりのひけつ
- ・あんぜんのひけつ
- ・あそびのひけつ



また、「やったよ・できたよシート」では、  
年齢・日付・行った場所などを記録  
して、子どもの成長の変化を楽しんで  
ください。

### 自然遊びの3つのひけつ

#### 日々の生活の中に

#### 緑・自然を取り入れよう

## 1. あそびのひけつ /

- ・五感をつかい感性を養おう
- ・視点を変えてみよう

緑区の豊かな自然は、生活につながる身近な場所にたくさんあります。そこにはさまざまな植物や生き物も暮らしています。春夏秋冬や天気の変りなど、私たちの身の回りには日々変化があふれています

幼児期の子どもたちの感性を育むためにも、五感を使い、視点をほんの少し変えてみましょう。皆さんの周りの身近な自然に気付くことで、いつもの遊びをより豊かにすることができます。

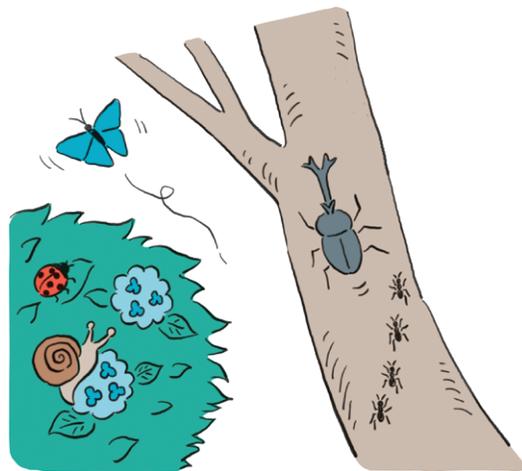


## 2. かかわりのひけつ /

- ・一緒にやって共感を高めよう
- ・生命の尊さを知り思いやりを育もう

子どものころに家族と一緒に食べたもの、過ごした時間、遊んだ場所などの経験は、子どもが自分の人生をしなやかに、豊かに生きていくための土台となります。

子どもは自然に対する楽しさや面白さを、自ら発見する力・感動する力を持っています。その力を伸ばしていくためには、大人がその力に共感し、そこに住むさまざまな生き物たちを大切に思う心とともに育むことが大切です。



### 3. あんぜんのひけつ /

#### ・ルールやマナーを知り安全に遊ぼう

「危険」は一人ひとりが、ほんの少し気を付けることで回避することができます。

マナーを守ること子どもたちの安全を守ると同時に、自然を守ることや、暮らしている人たちへの配慮・思いやりにつながります。

また、子どもの自主性に任せ自由に行動させることと、放任することは別です。

野外では手が離れた年齢になっても目を離さないようにしましょう。



子どもから目を離さない



入ってはいけないところは、入らない



生きているものをむやみに持ち帰らない



他から持ってきた生き物を放さない

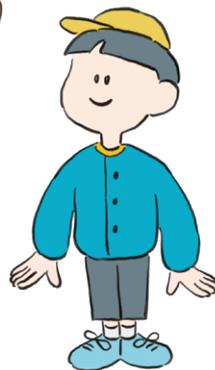
#### 自然遊びにでかけるときの持ち物

- 動きやすく汚れてもよい服装
- 帽子
- 運動靴
- タオル
- 着替え
- おむつ、おしりふき(必要な年齢であれば)
- ウェットティッシュ
- おやつ、飲み物
- 虫除け、絆創膏
- 水500mlくらい(手を洗ったりケガをしたときに洗い流すのに使います)
- ビニール袋(拾ったものを入れることもできます)

#### あると便利なもの

- レジャーシート
- 大きめのバンダナや大きめのタオル  
(荷物を入れたり三角巾の代わりに肌掛けに使うことができます)

紐に気を付けて



## 緑区の公園

緑区には公園が150か所以上あります。ブランコや砂場がある小さな公園、大きな広場やスポーツ施設がある公園などさまざまです。

いつものお散歩では身近な公園へ、たまには少しお出かけして広々した公園へ、子どもと一緒に家族で楽しみましょう。

### 〈区内の身近な公園〉

#### 長津田駅周辺



▲  
長津田  
みなみ台公園

#### 十日市場駅周辺



▲  
十日市場  
だんご山公園

#### 中山駅周辺



▲  
中山駅  
北第一公園

#### 鴨居駅周辺



▲  
東本郷公園

### 公園を見守るボランティアさんがいます

公園では、地域の皆さままで結成された「公園愛護会」があります。美化・清掃のほか、花壇の花を育てたりしています。



### 公園を利用するときに気を付けること

- ・木や草花を大切にしましょう。
- ・小さな生き物と遊んだら、元に戻してあげましょう。
- ・ごみは持ち帰りましょう。
- ・ほかの人の迷惑になるような行為はやめましょう。

### 各公園についてのお問合せ先

|                 |                               |
|-----------------|-------------------------------|
| 県立四季の森公園        | 045-931-7910<br>(四季の森公園管理事務所) |
| 玄海田公園           | 045-986-0986                  |
| 長坂谷公園           | 045-934-5045 (現地管理事務所)        |
| 新治里山公園          | 045-931-4947                  |
| 北八朔公園           | 045-353-1166 (北部公園緑地事務所)      |
| 上記以外の<br>緑区内の公園 | 045-981-2100 (緑土木事務所)         |

### 緑区の公園をまとめて紹介!

緑区公園マップ

ダウンロードはこちらから▶



## 緑区の市民の森・ふれあいの樹林

市民の森・ふれあいの樹林は、残された緑を守り・育て、活用していく横浜市独自の制度です。多くの土地所有者と市民有志、行政が協力し、貴重な環境の保全に努めている緑地です。

最低限の散策路や広場を横浜市が整備し、市民の皆さまにご利用いただいています。

公園とは異なり、舗装路や階段などの整備が少ないため、自然の姿をより身近に感じられます。

緑区には5か所の市民の森・ふれあいの樹林があります。



緑区内の市民の森・ふれあいの樹林

### 緑区の市民の森・ふれあいの樹林の利用マナー



散策路からはずれない



動植物を持ち帰らない  
持ち込まない



ポイ捨てせずに  
ごみはうちまで



火を使わない



山道に自転車・バイク  
を乗り入れない



ペットはつないで



利用は日の出から  
日の入りまで



ゆっくり走ろう  
歩く人優先!



静かさを  
乱さない

市民の森・ふれあいの樹林愛護会の皆さまが、園路や広場の草刈り、森の手入れを行っています。

森づくり体験などのイベントを開催するところもあります。



新治市民の森



三保市民の森



鴨居原市民の森



長津田宿市民の森



上山ふれあいの樹林

### 市民の森・ふれあいの樹林についてのお問合せ先

北部公園緑地事務所

045-353-1166

にはる里山交流センター(新治市民の森)

045-931-4947

## 樹林地に行こう

## 雑木林

生活に必要な薪や炭を得るために利用されていた林です。落葉樹のコナラ、クヌギ、常緑樹のシラカシなど、どんぐりが実る木のほか、さまざまなサクラ類、ホオノキ、ミズキなどの花を楽しむこともできます。

林内に日が差すところでは、スミレやヤマユリなどの花が咲きます。カブトムシなどの昆虫に出会えるかも！



## 針葉樹林

スギ、ヒノキ、サワラといった建材にするための針葉樹が育てられた林です。材として活用するには枝打ちや間伐などが必要ですが現在では森林浴を楽しむための手入れに変わったところもあります。



夏の夕暮れに、カナカナカナ…と鳴くセミ(ヒグラシ)がいます。



## \ かかわりのひけつ /

## 『自分でみつきたい!』を大切に!

子どもが自分で見つけるまで、じっくりと待ちます。

子どもの満足度があがり自己肯定感が高まります。



## \ あんぜんのひけつ /

## 坂道の登り方・下り方

坂道の登りは大人は子どもの後ろを、下りは子どもの前を歩きます。子どもが自分で歩ける時は自分でバランスをとらせます。

## 上を見て! 落ち枝に注意

雨や強風の後には枝が折れ、頭上の木に引っかかっていることがあります。落ちてぶつかると大けがにつながる可能性があります。



## あそびのひけつ

こんな遊びをしてみよう

### 森の宝もの探し

どんぐりや木の実を拾おう。匂いをかいだり、音の出るものを探したり、五感をフルに使ってみよう！



### 森の音を聞いてみよう



目と口を閉じて、耳に集中しよう！  
親子で声に出して音マネしてみよう。  
言葉がたくさん増えてきます。

**ブレイク** Q: ハチなどの危険な生き物が怖いのですが…

野外では気を付けたほうがよい生き物(41ページ)がありますが、基本的に野生の生き物が攻撃をするのは自分(や子ども)の身を守るためです。驚かせないように人間側が気を付けるようにしましょう。

行ってみよう



やったよ・できたよシート

やったよ・できたよシート



ちゃん さいのきろく **ばしょ**

ねん がつ にち

\_\_\_\_\_ ちゃんがじっくりみていたのは

です

\_\_\_\_\_ ちゃんがじぶんでみつけたものは

です

\_\_\_\_\_ ちゃんがいていたことは

です

\_\_\_\_\_ おうちのかたがはっけんしたこと・うれしかったことは

です

\_\_\_\_\_ きょうのとおきおきは

です

## 竹林に行こう

主に2種類の竹が林をつくっています。

在来種のマダケは農家の裏山で育てられて、竹かごや笥、支柱など、幅広く生活用具に加工されました。

中国産のモウソウチクは食用のタケノコ栽培で広がったものです。昭和40年代まで、緑区一帯は神奈川県下でもタケノコ生産が盛んな地域でした。

竹は繁殖力が強く、周囲に拡大していきます。管理を怠るとどんどん広がり、林内は密集していきます。

枯れた竹によって荒れた環境になるため、美しい竹林にするには人の手が欠かせません。

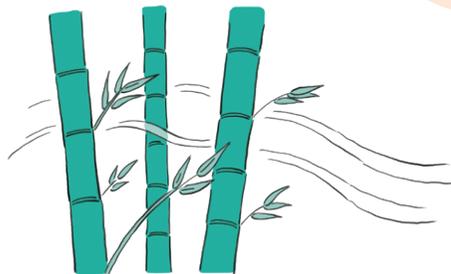


## \ かかわりのひけつ /

## 一緒に聞いたり嗅いでみよう

嗅覚や聴覚を意識して研ぎ澄ませてみましょう。

「嗅いでごらん・聞いてごらん」と声をかけながら、おうちの方も一緒にやってみましょう。



## \ あんぜんのひけつ /

## ツルッ! ゴツン! に気を付けて

葉ですべり、根があちこちに出ていてつまずいて転びやすいです。

足の裏を地面にしっかりとつけて歩きましょう。



## あそびのひけつ

こんな遊びをしてみよう

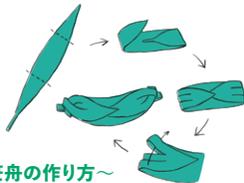
行ってみよう



### 竹の幹や節・葉っぱを触ってみよう

幹を手のひらでしっかり触りましょう。

葉で笹舟を作ったり、ちぎる・割くなどしても遊べます。



～笹舟の作り方～

### 幹の音、葉のゆれる音に耳をすませて



幹に耳をあててどんな音がするか聞いてみましょう。枝を少し揺らしてみたり、幹を軽くたたいて音を出してみましょう。

※散策路から外れないようにしましょう。頭上に注意しましょう。



### Q:子どもがあちこちに 行ってしまいます(1-2歳)

行動範囲が広くなり、いろいろなことに興味を持つ頃です。できる限り見守り、子どもが何かを「発見！」したときに共感したり、そっと手伝ったりすると、子どもは「受け入れられた」と安心し、自信を持って新たな経験を積んでいくことができます。

やったよ・できたよ  
シート



### やったよ・できたよ シート

ちゃん    さいのきろく    **ばしょ**

ねん    がつ    にち

\_\_\_\_\_ ちゃんがじっくりみていたのは

です

\_\_\_\_\_ ちゃんがじぶんでみつけたものは

です

\_\_\_\_\_ ちゃんがいていたことは

です

\_\_\_\_\_ おうちのかたがはっけんしたこと・うれしかったことは

です

\_\_\_\_\_ きょうのとおききは

です

## 原っぱで遊ぼう

草丈が足首、膝、腰までと、場所によって草の高さはいろいろ。公園など、よく刈り込まれた場所では、芝やシロツメクサ(クローバー)が多く見通しがよいです。

遊び相手になる植物や小さな昆虫も多く、季節ごとに楽しめます。

河川沿いの造成地や土手、原っぱは、草丈は高くなる傾向にあり、小さな子どもには危険が伴うため、注意して遊びましょう。

## 小さな花束には

セイヨウタンポポ、  
ニワゼキショウ、ナズナなど



## 花輪づくりには

シロツメクサ、  
アカツメクサ、ブタナ



## ネコジャラシには

エノコログサの仲間、  
チカラシバ



## 草ずもうには

オオバコ、  
シロツメクサなど



## \ かかわりのひけつ /

## 子どもの後ろを歩いてみる

見通しがよい安全な場所では、子どもが自分で行きたい方向に行かせてみましょう。

自立心が芽生えるきっかけとなります。



## \ あんぜんのひけつ /

## 両手は空けよう

走るときは、木の枝などの先がとがったものを持たせてはいけません。

## 熱中症に注意!

日陰の有無を確認し、こまめに水分補給をしましょう。また、汗をかいてそのままにしておくと、体が冷えて低体温になることがあるので、着替えをするようにしましょう。

子どもの顔を観察し、体に触れて普段と違うと感じたときは、注意が必要です。



## あそびのひけつ

こんな遊びをしてみよう

行ってみよう



## 生き物に会う

小さな虫など生き物を捕まえるときは、採集してもよい場所かまず確認！

持ち帰るときは責任をもって、最後まで育てることを子どもと約束しましょう。また、草花も生き物です。大切に扱きましょう。



## 飛ばしたりくっつけたりして遊ぼう

風で飛ぶタネ（綿毛）や、動物にくっついて運ばれるタネを探してみませんか？

葉っぱも一緒に体につけて、飾りのようにしてみましょう。



## ブレイク 広い場所で深呼吸をしよう

風や太陽を体いっぱいに感じることができます。  
親子で風や太陽に向かって大きく深呼吸！  
心も体もリラックスしよう！

やったよ・できたよ  
シート



やったよ・できたよ  
シート

ちゃん さいのきろく **ばしょ**

ねん がつ にち

\_\_\_\_\_ ちゃんがじっくりみていたのは

です

\_\_\_\_\_ ちゃんがじぶんでみつけたものは

です

\_\_\_\_\_ ちゃんがいっていたことは

です

\_\_\_\_\_ おうちのかたがはっけんしたこと・うれしかったことは

です

\_\_\_\_\_ きょうのっておきは

です

## 小さな公園で遊ぼう

住宅地の中にある身近な公園は、ブランコやすべり台などの遊具のほかにも、花壇があったり、大きささまざまな木があります。刈り込まれた原っぱがある場合もあります。

このような小さな公園は、その地域の自治会等の協力で公園愛護会が結成されていることが多く、花壇の手入れや清掃などが行われています。

小さな子どもと散歩するには一番身近な場所です。季節ごとの自然の変化を感じることができ、足元には小さな生き物がいて、じっくり観察することができます。



長津田宮ノ前公園



## ＼かかわりのひけつ／

### 子どもの目線で同じものをみる

子どもの目線まで下がって、同じものを見てみましょう。

新しい発見があるかもしれません。



## ＼あんぜんのひけつ／

### 花壇などに入らない

管理されている花壇の中に入ったり、植えてあるものを採ることはやめましょう。大切に育てている方たちがいます。

## 親の目が届かない死角に注意！

道路に隣接していることが多いため、大人は子どもの様子が見える公園の出入り口側に立つようにします。

また、遊具やベンチの周りにごみが落ちていることがあります。

手を切ることもあるので、子どもが拾わないよう注意しましょう。



## あそびのひけつ

こんな遊びをしてみよう

行ってみよう



### ミクロの世界探検

トイレットペーパーの芯を使ってミクロの世界をのぞいてみよう。小さくしゃがみ、見えてきたものをじっくり観察してみましよう。



### 温かい場所・冷たい場所はどこだ？

親子でベタベタと触って温かいところや冷たいところを探してみましょう。太陽のありがたさや、水や氷の冷たさを感じます。



**ブレイク** Q:0歳ですが  
どんな自然遊びができますか？

まずはおうちの方が自然の中でリラックスし、子どもとスキンシップをとりましよう。子どもは自ら手や指などを動かすことで、さまざまな感覚機能が発達します。

やったよ・できたよ  
シート



やったよ・できたよ  
シート

ちゃん さいのきろく **ばしょ**

ねん がつ にち

\_\_\_\_\_ ちゃんがじっくりみていたのは

です

\_\_\_\_\_ ちゃんがじぶんでみつけたものは

です

\_\_\_\_\_ ちゃんがいっていたことは

です

\_\_\_\_\_ おうちのかたがはっけんしたこと・うれしかったことは

です

\_\_\_\_\_ きょうのとおきおきは

です

## 街路樹・植込みを見てみよう

歩道が設けられている道路には街路樹もあり、根元付近は土があって草花が植えられている所もあります。

日差しが厳しい時期は、街路樹の木陰をたどりながら歩いたり、一息つくこともできます。花や紅葉の季節には、季節の移ろいを感じるきっかけにもなるでしょう。

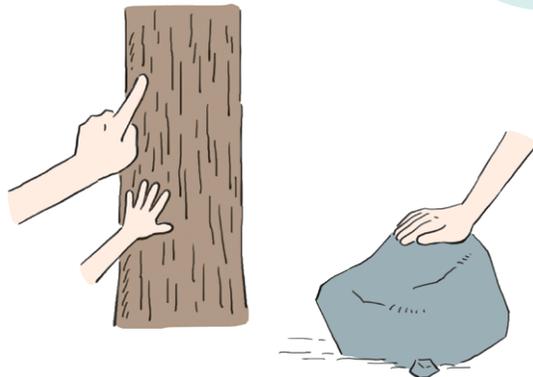
街路樹にはさまざまな種類があります。また、植込みについてはハマロード・サポーターの方々が手入れをしていたり、近所の方が見守ってくれていることもあります。



## ＼かわりのひけつ／

### 大人が触っている姿をみせる

子どもが触ったものを大人も一緒に触ります。手のひらで触る、指先で触る、そっとなでるなど触り方を変えてみてもよいでしょう。



## ＼あんぜんのひけつ／

### 手を離さず、大人は道路側を歩く

必ず手をつなぎ、道路側を大人が歩き、急な飛び出し、車や自転車との接触を防ぎます。

### 民家・私道があります

植込みや樹木のある場所は民家・私道かもしれません。敷地に入らない、植物を採らない、大きな声を出さないなど配慮をお願いします。

## あそびのひけつ

こんな遊びをしてみよう

行ってみよう



やったよ・できたよ  
シート

やったよ・できたよ  
シート



## 葉っぱ・たね・樹皮・樹形を見比べる



街路樹の種類



街路樹・植込みには、近くの森にはない植物が植えられていることがあります。形や色を見比べてみましょう。

道路ごとに木の種類が違っていたり、街中のシンボルツリーに気付くこともあります。

近くで見たり、少し離れて眺めてみたりしてみましょう。

## 鳥の姿を探してみよう

耳をすませて鳴き声を聞いた  
り、じっと目を凝らして、葉が  
揺れるのを探してみると見つかる  
ことがあります。



## ブレイク Q: 植物や鳥の名前が分かりません

名前が分からなくても、初めて見たときの驚きや触った感触、匂いなど、幼児期は、五感を使い全身で「体験」し感性を豊かにする時期です。

ちゃん さいのきろく **ばしょ**

ねん がつ にち

\_\_\_\_\_ ちゃんがじっくりみていたのは

です

\_\_\_\_\_ ちゃんがじぶんでみつけたものは

です

\_\_\_\_\_ ちゃんがいていたことは

です

\_\_\_\_\_ おうちのかたがはっけんしたこと・うれしかったことは

です

\_\_\_\_\_ きょうのとおきおきは

です

## 田畑周辺に行こう

緑区は田畑・樹園地の面積が市内で3番目と高く、浜なし、ぶどう、ブルーベリーなどの果樹園のほか、野菜の直売所も数多くあり、地元で採れた新鮮な農産物を買うことができます。市民農園では、家族や友人と野菜作りを楽しむ姿もあります。

水田（田んぼ）は米を生産する場ですが、トンボやカエル、ドジョウなどの生き物も育つ場です。小動物を狙うサギ類やトビなどの野鳥を観察することもできます。

畑の周囲は、わずかに土手になっていて、小さな草草があることがあります。畑との緩衝帯であるため、道路から外れて踏み込んだりしないようにしましょう。



## \ かかわりのひけつ /

## 見たものと生活をつなげよう

スーパーマーケットや家の食卓の野菜を見て「畑で見た野菜はどうだったかな」「同じかな・違うかな」と話してみましょう。



## \ あんぜんのひけつ /

## 畑や田んぼには入らない

大切に育てられている野菜などを触ったり、採ったりしてはいけません。畑の土も大切に管理されているので、勝手に畑・田んぼに入っははいけません。

## 用水路側に大人が立つ

畑・田んぼの周りには用水路があります。草が生い茂り見えないこともありますので、立ち位置に気を付けましょう。



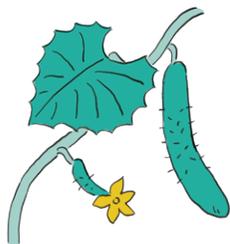
## あそびのひけつ

行ってみよう



いろいろ見てみよう

### 野菜の芽や花はどこについている？



おうちで食べる野菜も、畑で見ると芽、葉、花、種など、季節ごとに変化があります。白い花が咲いたね、実がやっとなつたよと話しながらよく見てみましょう。

### 田畑に来ている虫や鳥を見よう

田畑にはいろいろな生き物がいます。

何をしているのか、どのように動くのか、じっくりと見てみましょう。



### ブレイク 挨拶してみよう

作業をしている人が手を休めていたら、挨拶してみましょう。また、何の作業をしているのか遠くから見て親子で話してみましょう。どんな道具を使って、何をしているのか考えることも楽しいものです。

やったよ・できたよシート



やったよ・できたよシート

ちゃん さいのきろく **ばしょ**

ねん がつ にち

\_\_\_\_\_ちゃんがじっくりみていたのは

です

\_\_\_\_\_ちゃんがじぶんでみつけたものは

です

\_\_\_\_\_ちゃんがいったことは

です

おうちのかたがはっけんしたこと・うれしかったことは

です

きょうのとおきおきは

です

## 緑区の自然

### 多摩丘陵・谷戸

緑区は八王子から横浜市南部につながる多摩丘陵の南西部に位置しています。区内で最も高いところは長津田の高尾山で標高100m。低い部分には緑区を横断するように恩田川が流れ、中山の下流で鶴見川と合流しています。

「谷戸」という言葉を聞いたことはありますか？

水の流れが大地を削り、細長い谷が連なる地形のことで、岡部谷戸、薬師谷戸、殿谷戸など、バス停の名前で残っていることがあります。区内の比較的大きい公園や緑地などで、緑豊かな谷戸の地形を見ることができます。

縄文の昔から、谷戸の丘陵部は薪や炭を生産するための雑木林や野菜等を作る畑として、谷部は水を利用する田畑として利用されてきました。

1960年代の高度経済成長期には大規模な住宅開発や工場建設が進みましたが、恩田川沿いでは田畑の耕作が行われ、源流域の緑地は公園や市民の森となり、多様な生き物を育むかけがえのない場所となっています。



にはいる里山交流センター展示パネルより

## 里山～人と自然の関わり

里山は自然をうまく利用しながら人の暮らしが続いてきたところ。例えば、昭和40年頃までは緑区でも薪や炭を生産して販売し、日々の生活に使っていました。

人々は雑木林を手入れし、落葉は堆肥にするなど無駄なく利用していました。スギやヒノキは家づくりに、竹林は筍採りや籠・箆などの生活用具を作るために必要だったのです。ススキは茅葺屋根作りには欠かせませんでした。

しかし高度経済成長期には、電気やガスの普及により薪や炭は使われなくなり、スギ・ヒノキは安価な輸入材の台頭で、林の手入れがおろそかになっていきました。

うっそうとした暗い森や藪が増え、人が近付かなくなったのです。

緑区内の大きな緑地の数々は里山の名残であり、その風景を今に伝える貴重な場所です。

現在も、人と自然の関わり合いを取り戻そうと、多くの人々が再生のための手入れを進めつつ、様子を見守っています。



谷戸田で田植え体験

## 身近な自然と生き物

里山景観を残した緑地では、昔から人々の暮らしのそばで生きてきた動植物（在来種）を見ることができます。

タヌキやイタチなど中型の哺乳動物、ウグイスやメジロなどの野鳥、トンボやホタル、カブトムシなどの昆虫、ホトケドジョウやヨシノボリなどの魚に、季節を彩る多様な山野草たち…。

住宅地の中の小さな公園や街路樹の植込みでは、刈られても踏まれても育つ強い植物が生育します。



田んぼとアカトンボの仲間

ネコジャラシと呼ばれるエノコログサの仲間、葉を使って草ずもうで遊べるオオバコ、花輪を作りたくなるシロツメクサ（クローバー）など、よく見かけるものです。



ヤマユリ

シロツメクサは江戸時代末期にオランダから船で荷物を運ぶ際の箱詰めの際の緩衝材として利用されていた植物で、明治時代には牧草としての利用が国内で広がりました。

このように、人の移動や輸出入によって海外から持ち込まれた動植物を外来種と言います。中には、在来種の環境に定着し、その生息を脅かすものも存在します。

例えば、アライグマ、アメリカザリガニは「特定外来生物」に指定され、移動等の規制が設けられています。

セイヨウタンポポは在来のタンポポを、美しい声でさえずるガビチョウは、ウグイスの生息環境を脅かしています。

## 気を付けたい生き物たち

豊かな緑の中で生き物と触れ合うのは楽しいですが、注意しないと危険な場合もあります。

身近で気を付けたい生き物の一部を紹介します。

野山で遊ぶときの服は、長袖長ズボンが必須。

ハチやヘビの被害にあった場合はすぐに病院へ！

### トゲや葉の縁でケガをする心配のある植物



バラのなかま



アザミのなかま

アメリカオニアザミ



サンショウ



ススキ

葉をつかんで  
引っぱらないように！

## 食べない!

毒があるものは一部ですが、分からないものを口に入れるのはやめましょう。



ヨウシュヤマゴボウの実



スイセン

## 触るとかぶれる!

ウルシの仲間、カエルや虫など、一部には毒のあるものがいます。触った後は必ず手を洗いましょう。



ウルシの仲間



ヒキガエル

## 刺す虫

刺されると腫れたり、かゆみや痛みが出る蚊、アブ。

ハチの仲間は、時にアレルギー症状を引き起こし、死に至ることもあります。



オオスズメバチ

## 毒へび (マムシ、ヤマカガシ)

湿地や水辺では要注意！  
長ぐつは必須です。



ニホンマムシ

「みどり親子の森あそびナビ」で紹介している  
自然遊びのポイントは、  
こちらの動画でもご覧いただけます。



環境活動支援センターホームページ ▶

講師 一般社団法人 遊心 代表理事 峯岸由美子



横浜みどりアップ 葉っぴー

## 「みどり親子の森あそびナビ」は

「横浜みどりアップ計画」の取組の一環として作成し、財源の一部に「横浜みどり税」を活用しています。

「横浜みどりアップ計画」とは、「水と緑の基本計画」の重点的な取組として策定された、緑の減少に歯止めをかけ、「緑豊かなまち横浜」を次世代に継承するための5か年の計画です。



「横浜みどりアップ計画」  
[2024-2028]についてはこちら

企画・発行 横浜市緑区役所 区政推進課

原稿 NPO法人 新治里山「わ」を広げる会、一般社団法人 遊心

写真提供 NPO法人 新治里山「わ」を広げる会、一般社団法人 遊心、  
新治里山公園運営プロジェクト(自然観察/IP部会)

GREEN×EXPO 2027  
YOKOHAMA JAPAN

2027年国際園芸博覧会 2027年3月～9月 横浜・上瀬谷





企画・発行

横浜市緑区役所 区政推進課

〒226-0013 横浜市緑区寺山町118番地

TEL : 045-930-2228

[令和6年11月発行]