

日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

ライトセンター だより

2月号

神奈川県ライトセンター

〒241-8585 横浜市旭区二俣川1-80-2
 TEL 代 表 045(364)0023
 図書貸出 045(364)0022
 指導課 045(364)0024
 スポーツ受付 045(364)0025
 ボランティア室 045(364)0026
 FAX 代 表 045(364)0027
 【HP】<http://www.kanagawalc.org>
 【E-mail】mail@kanagawalc.org

神奈川県ライトセンターは神奈川県が設置し、日本赤十字社が指定管理者として運営している視覚障害者の福祉施設です。

12月7日（日）の2日間にわたって「第28回神奈川県フロアバレーボール大会」を開催しました。今回は、17チーム、選手239名が参加しました。1日目の30日は、県立産業短期大学、中尾小学校、中沢小学校そしてライトセンターの4会場に分かれ、予選リーグを行いました。各会場では、試合が始まるごとに緊張した雰囲気で、白熱したゲームが展開されました。この予選リーグで4チームが決勝リーグへ駒を進めました。

2日目の7日は決勝リーグで、ライトセンターを会場に優勝を目指して、予選リーグを勝ち抜いた4チームで激戦が繰り広げられました。今年度からこの大会は、さらなるフロアバレー

ボールの理解と普及を目指して、神奈川県フロアーボール協会とライトセンターの共同開催となりました。それに伴い優勝チームに、新たに設けた「日本赤十字社神奈川県支部長杯」が贈られました。

試合結果は次のとおりです。

優 勝	ライトセンター球技クラブ
準 優 勝	V-QUICK
第3位	湘南クーカーズ



フロアバレーボール大会を開催

教養講座「フラワーアレンジメント教室」
 ～額に入ったクリスマス飾り～

開催報告★

12月2日（火）に、クリスマスを題材に、「フラワーアレンジメント教室」を開催し、視覚障害者11名の参加がありました。

今回は、リボンと金色の縄で飾った、スポンジよりも少し固く、刺した飾りが抜けにくい素材でできた正方形の土台に、造花や木の実などを飾るというものです。四隅の一角所は、縄が輪に結ばれ、壁に掛けられるしくみになっています。

講師より参加者にクリスマスカードと造花、木の実、葉、パールなど飾りの材料が渡されました。飾りは、一人ひとり種類や色系統が異なるので、オリジナルの作品ができます。



まず皆さんに、一つひとつ材料を触ってもらい、完成したイメージを膨らませてもらいました。土台の中央に最も大きい花や一番目立たせたい花を飾ると良いというアドバイスを受け作業を開始しました。

花々の色合いを確認し、グラデーションを考えて飾る方や、小花を並べてかわいらしく飾つていい方など、みなさん楽しみながら一生懸命に作業を進めていました。

最後に、アロマオイルを振りかけて完成です。参加者は、それぞれの香りを楽しみながら、完成品を見せ合うなど、和気あいあいとした雰囲気の中、教室を終了しました。

このような教養講座を、当センターでは毎年開催しています。

皆さまのご参加をお待ちしています。



行

事

平成二十一年度

点証講座受講希望者説明会

点証講座受講生を募集します。受講を希望する方は、必ずこの説明会にご参加ください。なお、点証講座は毎週金曜日・午後、全34回の予定です。申込：往復葉書・FAX・メールにて。
 〔点証講座受講希望者説明会〕参加希望と明記の上、住所・氏名・電話番号・年齢を記入し、左記の宛先にお申し込みください。3月6日（金）締切（送信・消印有効）。

住 所 〒241-8585

神奈川県横浜市旭区二俣川1-80-2
 神奈川県ライトセンター指導課メール kouza@kanagawalc.org
 FAX 045(364)0027

*詳しくは、チラシ・HPをご覧ください。

技術講習会「マイクアップ教室」

スキンケアからポイントマイクまで

「マイクアップ」の基礎教室を行います。お化粧の基本・お肌の手入れを中心に行なう。普段使いの身近な化粧品を使って、いつも以上に綺麗な自分作りを目指します。

どうぞ皆さん、お気軽にご参加ください。

講 師 関根 良子氏
 日 時 2月28日（土）午後2時～午後4時
 3月1日（日）

ライトセンターだより

平成 21 年 2 月 1 日



2月の休館日は次のとおりです。
2月の休館日は次のとおりです。

① 申込締切
2月12日(木)
指導課訓練係へ
② メール
kunren@kanagawalc.org
メールの場合、氏名及び電話番号を明記してください。

2月27日(金)は、資料整理及び施設整備のため図書館・スポーツ施設・用具コーナーのご利用はできませんのでご了承ください。

※行事開催に伴う利用制限
サウンドテーブルテニス大会開催のために、1月25日(日)と前日の24日(土)は、全スポーツ施設、並びに第1講習室、第3講習室、視聴覚室をご利用いただけません。

また、2月8日(日)は「あい・あい」ひろば開催に伴い、体育館、第1講習室、第2講習室、第3講習室、視聴覚室がご利用いただくことができません。皆さまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

2月14日(土)・3月14日(土)
午後1時30分～3時

2月は気功体操です。中国のゆったりした音楽に合わせて呼吸を整えながら体をほぐします。講師は徳納伸子先生です。

3月はユニカールです。スライドカーペットの上で3kgのストーンを滑らせてどちらも是非お気軽にご参加ください。

今年度の「あい・あい」ひろばは利用者との懇談会のキヤッチフレーズ「わいわいがやがや和気あいあい」は、左記の日程で開催することが決まりました。

今回もゲームをしたり、おしゃべりしたり、皆で楽しめる内容にしようと準備をしています。

定員	対象	県内在住・在勤・在学の視覚障害者
5名(申込多数の場合は抽選。結果は、締切日の翌日にご連絡します。)	参加費等	5名(申込多数の場合は抽選。結果は、締切日の翌日にご連絡します。)
申込締切	申込	申込締切
2月12日(木)	指導課訓練係へ	2月12日(木)
① 045(364)0024	② メール kunren@kanagawalc.org	円程度)をいただきます。
当月、教材費として実費(1,200円程度)をいただきます。	申込締切	当月、教材費として実費(1,200円程度)をいただきます。

23 16 日 (月)
23 日 (月)

平日の月末にあたる1月30日(金)と2月27日(金)は、資料整理及び施設整備のため図書館・スポーツ施設・用具コーナーのご利用はできませんのでご了承ください。

Let's
エンジョイ・スポーツ!!

スポーツ介助グループでは、楽しくスポーツに親しめる機会を増やすために、月1回、体育館で「エンジョイ・スポーツ」を開催しています。

対象 県内在住・在勤・在学の視覚障害者およびスポーツ施設登録者(申込は不要です)

※動きやすい服装で、直接体育館へお越し下さい。

お問合せは奉仕団事務局まで
① 045(364)0026

2月行事予定表

* 視覚障害者対象

パソコン教室	第1	木、金曜日	5,6日 10:00～15:00
マイクアップ教室	第4	土曜日	28日 14:00～16:00

* 視覚障害者・晴眼者対象

アル水泳教室	第1	金曜日	6日 13:30～14:30
火曜ベンギン水泳教室	第2	火曜日	10日 13:30～14:30
スイムワンポイントレッスン	第2	金曜日	13日 13:30～14:30
金曜ベンギン水泳教室	第3	金曜日	20日 13:30～14:30
水中運動教室	第1,3	木曜日	5,19日 13:30～14:30

* 晴眼者対象

点訳講座(応用)	木曜日	5日 13:30～15:30
第3回誘導法講座	土曜日	7,14,21,28日 13:30～15:30

* ボランティア対象

指導技術研究会(録音)	金曜日	20日 13:00～15:00
指導技術研究会(誘導)	金曜日	13日 13:30～15:30
第3回録音勉強会	木曜日	19日 13:30～15:30
点訳勉強会	木曜日	5,17日 13:30～15:30
ボランティア研修会	金曜日	27日 13:30～15:30
第1・2回録音技術認定者勉強会	金曜日	20,28日 10:00～12:00
指導者勉強会(点訳)	木曜日	12日 13:30～15:30
指導者勉強会(録音)	水曜日	18日 13:30～15:30
指導者勉強会(誘導)	金曜日	20日 13:30～15:30
指導者勉強会(拡大)	火曜日	17日 13:30～15:30

※お申し込み・ご不明な点は指導課までお問い合わせください。

クラブ活動定例日

[文化系クラブ]

英会話	話ナ道ヶス	第1・3	土曜日	10:00～12:00
オーララ	オーラ	第3	土曜日	13:00～16:00
カラーラ	カラーラ	第1・3	水曜日	13:00～16:00
コールフェリー	チエ道芸	第2・4	土曜日	13:00～16:00
茶手	正りモ	第1	土曜日	13:00～15:00
大手	樂ニ	第3	土曜日	10:00～12:00
ハ俳	琴器カ句	第3	日曜日	13:00～16:00
バ料	ソコ	第2	金曜日	10:00～14:30
		4	水曜日	13:00～16:00
		4	土曜日	13:00～15:30
		1・3	日曜日	13:00～16:00
		1・3	日曜日	13:00～16:00
		2・4	日曜日	13:00～16:00
		1	火曜日	13:00～15:00
		1	日曜日	13:00～16:00
		4	日曜日	13:00～15:00
		4	土曜日	13:00～16:00

[スポーツ系クラブ]

球	技	第3	日曜日	10:00～16:30
ゴルフ	フ	第4	日曜日	13:00～18:00
		1・3	土曜日	14:00～16:00
		2・4	金曜日	14:00～16:00
		2・4	土曜日	10:00～12:00
		1	日曜日	10:00～12:00
		3	木曜日	13:30～15:30
		2・4	木曜日	10:00～12:00
		2	水曜日	13:00～15:00
		4	火曜日	13:30～15:00
		4	土曜日	13:00～16:00
		1	木曜日	13:00～15:00
		2	水曜日	10:00～12:00
		2	火曜日	10:00～12:00
		4	木曜日	13:00～15:00
		4	土曜日	13:00～15:00
		2	日曜日	17:00～19:00
		3	火曜日	9:00～11:00
		3	水曜日	9:30～12:00
		2	木曜日	9:00～16:00
		4	日曜日	9:00～16:00

活動日が変更になることがありますのでご注意ください。

※確認が必要な方は、各クラブ代表者またはセンタークラブ担当者へお問い合わせください。

県視援奉
「あい・あい」
ひろば
締切迫る!



新たに加わった蔵書の紹介



点字図書

書名	著者名	巻数
あつたか土鍋ごはん+おかず	牛尾 理恵	2
浮きの交わり	牧村 優	4
風に顔をあげて	平安 寿子	4
かってまま	諸田 玲子	4
株式会社ハピネス計画	平山 瑞穂	4
キムチ	ウーカ・チャング	4
キムラ弁護士、ミステリーにケンカを売る	木村 晋介	4
切羽へ	井上 荒野	3
クローバー	島本 理生	4
検証中国爆食経済	沈 才彬	6
恋するからだ	小手鞠 るい	3
恍惚	梶森 南溟	3
ゴールデンスランバー	伊坂 幸太郎	10
最後の命	中村 文則	3
作家の犬	コロナ・ブックス編集部	3
作家の読書道2	Web本の雑誌	5
三世相	松井 今朝子	4
心中抄	藤沢 周	3
スウィートスウィートバブルーム	碧色 ボタン	3
好かれようとしてしない	朝倉 かすみ	4
千年の祈り	イーユン・リー	4
その言葉、異議あり!	マイク・モラスキ	3
玉ねぎフライパン作戦	椎名 誠	4
渚のスローフード	赤木 正和	3
にこにこ貧乏	山本 一力	3
二都	藤谷 治	4
246	沢木 耕太郎	7
パークチルドレン	石野 文香	3
花が咲く頃いた君と	豊島 ミホ	3
晩夏のブレイボール	あさの あつこ	4
ピカルディーの三度	鹿島田 真希	3
福袋	角田 光代	3
ほかに踊りを知らない。	川上 弘美	2
ホンダの価値観	田中 詔一	3
マイスクイートソウル	チョン・イヒヨン	7
満州国演義1	船戸 与一	7
みずうみ	いしい しんじ	5
ミッキーかしまし	西 加奈子	3
やがて目覚めない朝が来る	大島 真寿美	3
雪になる	谷村 志穂	3

夜明けのフロスト	R.D. ウィングフィールド	5
陽気で哀しい音楽に	佐藤 弘	3
ラトヴィアの蒼い風	黒沢 歩	4
レンアイケッコン	小手鞠 るい	3
わすれないよ波の音	下鳥 潤子	2

点字絵本

書名	著者名	巻数
おふろだいすき	松岡 享子	1
木	佐藤 忠良	1

テープ図書 デイジー図書

書名	著者名	巻数	D総時間
青色ミライ	楽月 慎	8	6:53
赤い糸destiny(上)	メイ	6	5:40
赤い糸destiny(下)	メイ	7	6:40
アマゾン、森の精靈からの声	南 研子	6	5:26
駄旅のスマス	杉田 行基	1	7:35
カツラ美容室別室	山崎 ナオコーラ	3	2:53
鎌倉一京都あじさい伝説殺人事件	金久保 茂樹	1	6:08
きっと忘れない		5	4:11
香水	パトリック・ジュースキント	11	10:20
心の哲学入門	金杉 武司	9	7:50
静かな爆弾	吉田 修一	6	5:06
終戦のローライ(上)	福井 晴敏	1	20:48
終戦のローライ(下)	福井 晴敏	1	27:55
真珠湾攻撃総隊長の回想	淵田 美津雄	17	15:43
新フォーチュン・クエスト6	深沢 美潮	5	4:43
新フォーチュン・クエスト7	深沢 美潮	6	4:51
新フォーチュン・クエスト8	深沢 美潮	6	5:44
シンメトリー	菅原 哲也	8	7:11
世界でたどひとりの貴女に	池口 恵観	7	6:07
ダルタニヤン物語6	A. デュマ	19	17:39
糖尿病を治すおいしい食事	主婦の友社	8	7:11
望みは何と訊かれたら	小池 真理子	18	17:26
ホモセクシャルの世界史	海野 弘	24	22:14
魔羅節	岩井 志麻子	1	4:28

「巻数」はテープ巻数、「D総時間」はデイジーの総録音時間の略です。

ライトセンター製作図書のみ紹介しております。なお、購入・寄贈・厚労省委託の図書などについては点字版・録音版をご利用ください。

大勢の皆さまの参加をお待ちしています。

日時	会場	申込締切	申込場所
2月8日(日)	神奈川県ライトセンター	1月24日(土)	神奈川県視覚障害援助赤十字奉仕団
10時30分～15時30分(受付10時～)		1月24日(土)	神奈川県視覚障害援助実行委員会
1月24日(土)	神奈川県視覚障害援助実行委員会	1月31日(土)	神奈川県視覚障害援助赤十字奉仕団

集合・解散	集合場所	解散場所	解散時間
横浜駅西口天理ビル前	横浜駅西口天理ビル前	3月14日(土)午前7時30分	3月16日(月)午後7時(予定)
往復とも貸切バス			
視覚障害者10名・晴眼者20名			

※申込時に資料及びお弁当の確認をさせていただきます。

(神奈川県視覚障害援助赤十字奉仕団
「あい・あい」ひろば実行委員会)

ボランティアコーナー
ブラインドスキー
ネイチャーワイドスキー

募集の締め切りが迫っています。
雪と自然に戯れに行きましょう。

宿会期
泊
裏磐梯クロスカントリースキー場
福島県 休暇村裏磐梯
0241(32)2421



福祉体験学習への願い

平塚点訳赤十字奉仕団

私達奉仕団の、小中高校への体験学習の取り組みは、点字を打ちたいというの子供達の希望だが、点奉では、視障者の文字、点字を通じて、視障者の障がいを理解しようということを中心に学習を進めています。1として、見える見えない、見えるならば、どのように見えるのか、パネルを使い説明。2として、点字の歴史と、そのルール。3として、実技。自分の名前を点字で、栄に清書して、お土産。学習の最大の狙いとして、4の「視障者と町で出会つたら」。点字ブロックの上に置かれた、

90分学習。
ボランティア活動は、特別なことではなく日常の生活の中で、人に対する思いやりの心があれば、又、危険だな、困つるんだなど感じた時、一声かけることができる。
それが大きなボランティア活動だと伝える学習に務めています。

(池田泰俊)

ライトセンターだより

平成 21 年 2 月 1 日

救急法—AED を覚えよう

点訳部会

柏俣 操

救急法への呼びかけ文を書くのは、まさに屋上に屋を架すだけのことではないかと恐れます。少なくとも読んで貰える文を作らねばと貧しい知恵を絞りデータを集め救急法—AED の情報を探し、その練習のお役にたつように一文を草しました。

心肺停止は 日常的に起こる

年間 500 万人の救急車出動患者のうち心肺停止の患者は 10 万人といいますから 50 人に 1 人の割合です。これをみると、救急法—AED を覚えておく必要を感じます。また、突然死の 6 割は心筋梗塞との報告があるそうです。AED が有効という心臓細動は心筋梗塞で心臓が傷ついたり、自律神経のバランスが崩れたりして起きることで前触れのないことが多いといわれているようです。

また普通のスポーツである野球、サッカー、バスケットなどでも発生します。少年野球では、AED を持ち歩く監督さんがいることはかつて書いたことがあります。心臓の収縮期の終わりに近い時期に胸にボールの直撃を受けると心室細動が起これりやうのです。子供に多い理由は、胸郭が形成途上にあり、まだ柔らかく衝撃が心臓に伝わりやすいためだといわれています。ボールの直撃から胸を守るパッドが市販されています。ボールの直撃から胸を守るパッドが市販されると聞いています。

心停止から 119 番通報まで 5 分、救急車

ふれ・あい

第 318 号

神奈川県ライトセンター内
神奈川県視覚障害援助
赤十字奉仕団

登録団員数
男 103 名 女 671 名
合計 774 名

の到着まで 7 分とする、計 12 分になります。この間は、まさに生死を分ける時間です。心室細動の時間経過による社会復帰率は、8 分間（の心臓細動が続く）であると復帰率 20 % だそうです（救急法の赤十字パンフ）。救急車の到着まで胸骨圧迫を続けていれば復帰率は 50 % に上るというデータがあります。

胸骨圧迫は毎分約 100 回のテンポで 30 回連続することになっていますが、なかなかこのテンポが掴めません。「モシモシ カメヨ カメサンヨ」のテンポが、その速さに合うとのことです。次の講習時には、試してみたいものです。

救急法や三角巾の講習への勧誘に苦心するところが多い。その一助として、新入団員の方の受講の必要を運動したらどうかと考えるが如何なものでしょうか。

12月21日、お餅つきがありました。

並んで順番にお餅をつきます。臼の縁を叩くこともあります。ヨイショヨイショと楽しくつきました。

きな粉・あんこ・大根おろし等でくるんだお餅をテーブルを囲んでいただき、笑い声の絶えない楽しいお昼でした。豚汁もおいしかったようです。

いちご・バナナ等の変わり大福を帰つてからのお楽しみに持つて帰りました。

NHK 海外・歳末たすけあい義援金

四九、〇〇〇円

日本赤十字社に振込みました。
皆様のご協力ありがとうございました。

2 月の活動・行事予定表

① 10:00 ~ 12:00 ② 13:30 ~ 15:30
作業欄／の後は午後作業 (D) デイジー版

日	曜	会議・会合等	作業
1	日	パソコンサポート 13:00 ~	
2	月	(休館)	
3	火	拡写・連絡会、チーフ会 10:00 ~ 楽譜点訳サークル① 録音相談 13:00 ~ 企画専門委員会②	中医臨床(含D) / ナンバー(含D)
4	水	パソコンサポート 10:00 ~ 点訳活動窓口 10:30 ~	週刊現代 / 他館
5	木	本部役員会③ かけはし編集委員会④	選定図書週報(含D) 週刊現代(D) 他館
6	金	誘・役員会⑤ 災害対策専門委員会⑥ 錄・役員会 13:00 ~ 在援・役員会⑦ 触図サークル⑧	他館 / 他館
7	土		交流誌カエル 生活情報誌やまゆり
8	日	「あい・あい」ひろば 10:30 ~	
9	月	(休館)	
10	火	拡写・連絡会、役員会 10:00 ~ 録音相談 13:00 ~	他館
11	水	(建国記念日・休館)	
12	木	点・役員会⑨ 幼児教材作製グループ 10:30 ~ 録音雑誌打合せ会 13:00 ~	選定図書週報(含D) 週刊現代
13	金	東洋医学用語勉強会⑩	週刊現代(D) 他館 / 他館
14	土	スポーツ介助運営連絡会⑪ 録音相談 13:00 ~ レッツ! エンジョイスports 13:30 ~	日経マネー(含D) 他館
15	日	パソコンサポート 13:00 ~	
16	月	(休館)	
17	火	拡写・連絡会、定例会 10:00 ~ 楽点サークル⑫ 録音相談 13:00 ~ 英語点訳サークル⑬	ライトセンターだより(含D) / ナンバー(含D)
18	水	パソコンサポート 10:00 ~ 点訳指導勉強会⑭ 点窓(触図相談) 13:00 ~	週刊現代 / 他館
19	木	点・校正勉強会 13:30 ~ 団活動検討小委員会⑮ 広報専門委員会⑯	選定図書週報(含D) 週刊現代(D) 他館
20	金	東洋医学用語勉強会⑰ 数学点訳サークル 10:30 ~	他館 / 他館
21	土	レク・役員会⑪ レクリエーション研究会⑯	旅行読売(含D)
22	日	パソコンサポート 13:00 ~	
23	月	(休館)	
24	火	拡写・連絡会 10:00 ~ 録音相談 13:00 ~ 拡大写本指導担当者勉強会⑯	小学5年生 6年生 小学3年生 4年生 他館
25	水	パソコンサポート 10:00 ~ 録音相談担当者打合せ会⑯ 録音講座担当者勉強会 13:00 ~	週刊現代 小学1年生 2年生 / 他館
26	木	点・定例会⑯ 誘導指導者勉強会 10:30 ~ 幼児教材作製グループ 10:30 ~ 点窓(パソコン点訳・触図相談) 13:00 ~ 誘・勉強会⑯ かけはし編集委員会⑯	選定図書週報(含D) おたまじゅくし 週刊現代(D) 他館
27	金	デイジーグループ運営打合せ会⑯ 事務局連絡会⑯	栄養と料理 / 他館
28	土	録音相談 13:00 ~	文学界(含D) 栄養と料理(D)