ライトセンターだより

11月号

日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

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
支援課 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。

参加者募集

ライトセンターフェスティバルにぜひお越しください

今年もライトセンターフェスティバルを次のとおり開催します。

昨年初めて開催し、大好評でした「馬とふれあう会」も実施いたします。

ライトセンターで楽しい一日を過ごしていただけるよう、さまざまな企画を検討中です。皆さまのお越しをお待ちしております。

日時　11月13日（土）午前10時～午後4時
会場　ライトセンター
実施内容
◆オープニングイベント　午前10時～10時30分近隣の二俣川小学校児童による和太鼓演奏
◆「馬とふれあう会」
馬に乗ってみよう♪ふれてみよう♪
午前11時～午後3時（12時～1時は休憩、人数制限・雨天時内容変更あり）
実施協力：NPO法人　青い風牧場　馬とふれあう会
◆音声解説付きDVD映画体験会（入退場自由）
◆神奈川県視覚障害援助赤十字奉仕団活動紹介
◆機器展示
＊拡大鏡、遮光眼鏡　＊音声読み上げソフト、音声拡大読書器　＊ものしりトーク、タッチメモ、＊プレクストークシリーズ
◆その他
視覚障害者スポーツ体験（ジョギング、卓球）、クラブ発表会、点字を打つ体験、声の図書を作る体験、見えにくさの体験（ロービジョンについて理解する体験）、デイジー図書紹介、用具販売、10分間マッサージ、赤十字紹介コーナーなど

問い合わせ先
ライトセンター総務課
☎045（364）0023

「ライトシネマ」のご案内

～音声解説付DVD映画体験会～

11月のご案内

日時　11月26日（金）午後1時～3時
タイトル
「男はつらいよ　噂の寅次郎」
概要　旅先で人生のはかなさに思い至った寅さんは柴又に立ち寄り、修行の旅に出ることを宣言するが、〝とらや〟のお手伝い・早苗の姿を見るや否やそんな決意はどこへやら。夫と別居中という彼女に同情する寅に、周囲はハラハラ。

12月から2月のスケジュール
12月16日（木）午後1時～3時
「バック・トゥ・ザ・フューチャー」
平成23年1月19日（水）午前10時～12時
「男はつらいよ　寅次郎忘れな草」
平成23年2月8日（火）午後1時～3時半
「SABU～さぶ～」

会場　ライトセンター　視聴覚室
申込　事前申込不要
問い合わせ先
総務課　☎045（364）0023

視覚障害援助ボランティア養成講座

参加者募集

（1）第5回視覚障害援助ボランティア入門講座（定員60名）

視覚障害援助に関するボランティア活動の入門編となる講座です。活動を希望する方は必ず受講してください。

日時　11月25日～12月16日　毎週木曜日
全4回　13時30分～15時30分
会場　1・2回目
日本赤十字社神奈川県支部
横浜市中区山下町70―7
（みなとみらい線日本大通り駅3番出口から徒歩1分）
3・4回目
ライトセンター
対象　県内在住の16歳以上の方

（2）専門講座

視覚障害援助ボランティア入門講座修了者が対象となります。未受講の方は併せてお申し込みください。

●第3回誘導法講座（定員20名）

視覚障害者の誘導法を学ぶ講座です。

日時　平成22年1月13日～2月24日
毎週木曜日　全7回　13時30分～15時30分
会場　日本赤十字社神奈川県支部
申込　講座名・住所・氏名（フリガナ）・年齢・電話番号を明記の上、左記のいずれかの方法でお申し込みください。
①往復葉書
〒241―8585　横浜市旭区二俣川1―80―2
ライトセンター支援課ボランティア係
②メール　kouza@kanagawalc.org
③FAX　045（364）0027
締切　（1）は、11月18日（木）まで、（2）は、12月25日（土）まで、送信・消印有効。
申込多数の場合は抽選となります。結果につきましては、締め切り日以降にご連絡します。

報告

夏の締めくくり　ミニ水泳記録会　実施報告

8月29日（日）、夏の恒例行事「ミニ水泳記録会」をライトセンタープールで開催しました。今年は参加選手18名が、神奈川県視覚障害援助赤十字奉仕団員のべ36名の協力を得て、自己記録へ挑戦しました。

この記録会は、自分の目標への挑戦をテーマに毎年開催し、今年で17回目となりました。自己ベストを目標にする方や距離を泳ぎ切ることを目標にする方など、各選手が自分の泳力に合わせて参

11／13（土）はライトセンターフェスティバルです。皆さま、お待ちしています!!

加できるよう、泳法は自由で、距離は12.5m・25m・50m・100m以上500m以内から選べます。競争とは異なり途中で立ち止まってもよいことから、初心者の方にもご好評をいただいています。

参加の選手の中には去年とは異なる距離や泳法に挑む方もおり、初参加の選手とともに新たな挑戦が目立ちました。それぞれの目標に立ち向かう姿に観客席からは絶え間ない声援が送られ、会場は活気あふれるものとなりました。

記録測定終了後は、A・B・Cの3チームに分かれての水中綱引きを行いました。レクリエーションとはいっても、皆さんの顔は真剣そのもの。どのチームも、即席とは思えないほど綱を引くタイミングが合っているのが印象的でした。熱戦の結果、Cチームの勝利でした。

閉会式は、当センターの水泳教室で水泳を覚え、記録会に初参加した宮田恵子さんに選手を代表して記録証が手渡され、大きな拍手に包まれました。

ライトセンターでは、定期的に水泳教室を開催していますので、ぜひご参加ください。

＊＊＊参加選手の感想＊＊＊

森（もり）　静佳（しずか）　選手
（種目　500m背泳ぎ）

スタート前、とても緊張してドキドキしましたが、泳ぎ始めたらリラックスできました。無事に泳ぎきれてホッとしています。あと10年は500mに参加し続けたいと思っています。

深野（ふかの）　峰曠（みねひろ）　選手
（25m背泳ぎ・50mクロール）

毎回参加していますが、今回初めて背泳ぎにチャレンジしました。まっすぐに進むことが、思ったより難しかったです。毎年同じタイムを維持していくことが目標です。年齢に負けないよう頑張ります。

鈴木（すずき）　昇二（しょうじ）　選手
（50m平泳ぎ・50mクロール）

職員の方に勧められて初めて参加しました。盲学校卒業以来の水泳大会で最初は緊張しましたが、とても楽しかったです。来年も是非参加したいです。スタッフの皆さん、ありがとうございました。

休館日

11月の休館日は次のとおりです。

11月　1日（月）
　　3日（水）文化の日
　　8日（月）
　　15日（月）
　　22日（月）
　　23日（火）勤労感謝の日
　　29日（月）

スポーツ施設点検日（利用は午後3時まで）

10月29日（金）
11月30日（火）

（図書館は通常どおり開館いたします。）

ライトセンターフェスティバル準備・開催に伴い、11月12日（金）・13日（土）は、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。皆様のご理解とご協力をお願いします。

NEWS お知らせ

夜間の体育施設利用受付場所が変わります

11月1日から夜間（午後5時30分以降）の体育施設利用の受付場所が事務所前に変更されます。カギや利用者カードの受け渡しなど、受付方法の変更はありません。

11月行事予定表

＊視覚障害者・晴眼者対象

気功体操教室	第 1,3,5	火曜日	2,16,30	日 13:30～15:00
水中運動教室	第 1,2,3,4	木曜日	4,11,18,25	日 14:00～14:50
金曜水泳教室①	第 1	金曜日	5	日 14:00～14:50
火曜水泳教室	第 2	火曜日	9	日 14:00～14:50
金曜水泳教室②	第 3	金曜日	19	日 14:00～14:50

＊晴眼者対象

拡大写本講座	木曜日	4,11,18,25	日 10:00～12:00
在宅者援助講座	木曜日	4,11,18,25	日 13:30～15:30
録音講座（応用）	金曜日	5,12,19,26	日 10:00～12:00
点訳講座（応用）	水曜日	10,17,24	日 13:30～15:30
スポーツ介助ボランティア講座	土曜日	20,27	日 10:00～15:00

＊ボランティア対象

点訳勉強会	木・火曜日	4,16	日 13:30～15:30
視覚障害者点字指導法講座	木曜日	4,11,18	日 13:30～15:30
指導者養成講座	金曜日	5	日 10:00～15:00
特殊点訳講座（触図）	金曜日	5,19,26	日 13:30～15:30
点訳勉強会（相模原市）	木曜日	11	日 13:30～15:30
第2回録音勉強会	木曜日	18	日 13:30～15:30

※お申し込み・ご不明な点は支援課までお問い合せください。

クラブ活動定例日

［文化系クラブ］

英会話	第 1・3	土曜日	10:00～12:00
オカリナ	第 1・3	土曜日	13:00～16:00
華道	第 1・3	水曜日	13:00～16:00
カラオケ	第 2・4	土曜日	13:00～16:00
コーラス	第 1	土曜日	13:00～15:00
	第 3	土曜日	10:00～12:00
コールフェリーチェ	第 3	日曜日	13:00～16:00
茶道	第 1・3	水曜日	10:00～14:30
手芸	第 2	金曜日	13:00～16:00
	第 4	水曜日	
大正琴	第 1・3	土曜日	13:00～15:00
ハーモニカ	第 2・4	日曜日	10:00～13:30
俳句	第 1	火曜日	13:00～15:00
パソコン	第 4	日曜日	13:00～16:00
料理	第 4	土曜日	10:00～14:00

［スポーツ系クラブ］

球技	第 3	日曜日	10:00～16:30
	第 4	日曜日	13:00～18:00
ゴルフ	第 1・3	土曜日	14:00～16:00
	第 2・4	金曜日	14:00～16:00
	第 2・4	土曜日	10:00～12:00
サウンドテーブルテニス	第 1	日曜日	10:00～12:00
	第 3	木曜日	
自彊術	第 2・4	木曜日	13:30～15:00
社交ダンス	第 1・3	水曜日	10:00～12:00
水泳	第 2・4	土曜日	13:00～15:00
スキー	第 2	日曜日	10:00～12:00
ソフトエアロビクス	第 2・4	火曜日	13:30～15:00
サウンドテニス	第 3	木曜日	13:00～16:00
	第 4	土曜日	
フォークダンス	第 1	木曜日	13:00～15:00
マラソン	第 2	土曜日	17:00～19:00
	第 3	日曜日	10:00～12:00
ヨガ	第 3	火曜日	9:30～12:30
ヨット	第 2	土曜日	9:00～16:00
	第 4	日曜日	

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。
※詳しくは、センタークラブ担当者へお問い合わせください。

新たに加わった蔵書の紹介

点字図書

書名	著者名	巻数
あの日、野球の神様は“背番号3”を選んだ	松下　茂典	3
イエメンで鮭釣りを	ポール・トーディ	7
川は生きている	森下　郁子	3
きみは白鳥の死体を踏んだことがあるか〈下駄で〉	宮藤　官九郎	3
競馬の終わり	杉山　俊彦	4
恋のかたち、愛のいろ	唯川　恵	4
左京区七夕通東入ル	瀧羽　麻子	4
ザ・プロフェット	カリール・ジブラーン	1
三人暮らし	群　ようこ	4
詩羽のいる街	山本　弘	6
情動	新津　きよみ	4
聖徳太子の密使	平岩　弓枝	5
杉浦日向子と笑いの様式	田中　優子	3
ただいま	不知火　京介	4
タバコ狩り	室井　尚	3
たまゆらの愛	藤田　宜永	8
地上で最も巨大な死骸	飯塚　朝美	2
微視的（ちまちま）お宝鑑定団	東海林　さだお	3
疲れない人間関係のヒント	曽野　綾子	2
罪と罰	木村　洋	5
罪深き海辺	大沢　在昌	10
東京スタンピード	森　達也	5
どうして書くの？	穂村　弘	4
遠くの声に耳を澄ませて	宮下　奈都	3
独居４５	吉村　萬壱	3
八番筋カウンシル	津村　記久子	4
発火点	桐野　夏生	4
ふたつの名前	松村　比呂美	4
まずいスープ	戌井　昭人	3
みじかい眠りにつく前に　2	金原　瑞人	4
みじかい眠りにつく前に　3	金原　瑞人	4
店じまい	石田　千	3
夢見るレンタル・ドール　色の章	森　奈津子	5
夢見るレンタル・ドール　恋の章	森　奈津子	5
横浜少年物語	紀田　順一郎	5
リライブ	小路　幸也	3
わたしとトムおじさん	小路　幸也	4
ワルツ〔上〕	花村　萬月	8
ワルツ〔中〕	花村　萬月	8
ワルツ〔下〕	花村　萬月	7

点字絵本

書名	著者名	巻数
みみかきめいじん	かがくい　ひろし	1

デイジー図書　テープ図書

書名	著者名	D総時間	巻数
麻布怪談	小林　恭二	7:18	－
面白生活白書	青島　幸男	6:27	－
きょうの空模様	堀　ちえみ	6:32	－
近代日本の宗教家101	井上　順孝	23:53	25
櫻川イワンの恋	三田　完	8:07	－
宗教の自殺	梅原　猛	5:12	－
純潔夫婦	畑　正憲	9:49	－
湘南ノート	式田　ティエン	10:18	－
小児病棟フォーシーズンズ	麦野　みのり	4:19	－
昭和・戦争・失敗の本質	半藤　一利	7:38	－
新フォーチュン・クエスト　11	深沢　美潮	6:07	7
新フォーチュン・クエスト　12	深沢　美潮	7:24	8
スナップ・ショット	A.J. クィネル	13:07	－
戦艦大和砲声の謎	文化放送制作部　取材班	6:00	－
タイムスリップ忠臣蔵	鯨　統一郎	5:46	－
ダウンタウン	小路　幸也	7:35	－
高く手を振る日	黒井　千次	3:51	－
罪深き誘惑のマンボ	ジョー・R・ランズデール	12:38	14
動的平衡	福岡　伸一	6:28	－
南極〈人〉	京極　夏彦	16:07	17
ニッポン「もの物語」	夏目　幸明	6:16	－
日本文化へのまなざし	大阪外国語大学	6:54	－
ぴしゃんちゃん	野中　ともそ	3:34	－
星をつくった男	重松　清	8:06	－
万華鏡	清野　かほり	4:51	－
みんなが幸せになるホ・オポノポノ	イハレアカラ・ヒューレン	6:13	7
妖怪アパートの幽雅な食卓	香月　日輪	3:48	－
4時間半熟睡法	遠藤　拓郎	2:29	－

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。
「D総時間」はデイジーの総録音時間、「巻数」はテープ巻数の略です。

ぽすと

視覚障害者の生活訓練体験会のご案内

七沢更生ライトホーム　視覚障害部門

七沢更生ライトホームの「視覚障害部門」は、視覚障害によって生じる日常生活の不便さを解消するための生活訓練サービスを提供しています。利用された方の多くは、新しい仲間や相談相手に出会い、自由な行動力を回復するなど、多くの成果を得られています。

生活訓練や施設での生活に関心をお持ちの方、この機会にご参加ください。

日　時　11月13日(土)午前9時～12時20分
会　場　七沢更生ライトホーム（厚木市七沢516）
内　容　視覚障害部門の施設見学と歩行・点字・パソコン・日常などの生活訓練の体験
対　象　15歳以上の視覚障害者とその家族または同伴者（6組12名）
参加費　無料
締　切　11月8日（月）まで（定員になり次第締め切り）
申　込　七沢更生ライトホーム視覚障害部門（塩澤）へ電話にて
☎046（249）2403
※受付時間は、平日午前9時から午後5時まで

なお、次回の体験会は平成23年2月5日（土）に開催します。
また、平日の見学は随時受け付けていますので、気軽にお問い合わせください。

なお、昼間の受付場所は以前と変更はありません。

ボランティアコーナー

もみじの様な手

拡大写本グループWA

彼との出会いはここから始まった。自宅近くの郵便局からの帰り、障害を持った児童と先生と思しき二人に会った。「私は拡大写本のボランティアをしています。こちらの学校で、弱視児でお困りでしたら、お声を掛けて下さい」

それから数ヵ月後、活動拠点にその学校の教頭先生から電話があった。「新一年生に拡大教科書がほしいけれども、どんなものか体験が全くないから困っている」。早速、皆で手分けして見本を何種類か書き、学校に説明に行った。我がグループの活動についてのチラシや製本された拡大教科書もいろいろ携えて。

後日、まだ幼稚園児の彼とお母さんと直接会った。文字の大きさや字間の打合せをした。もみじの様な可愛い手が興味深く本の中の絵を指さす。本の重さはなるべく軽めにしよう。初めて文字を学ぶ事になるから、国語はしっかり教科書体で。我がグループのメンバーシップに恵まれて、縁がどんどん形になっていく。

春になって、拠点でのフェスティバルにお誘いした。「手話の（ヒ）ってこうやるんだよ」「このサインペンは太くて持ちづらいなあ」彼のふっくらとした小さな指は面白いように動き、体験の喜びを言葉滑らかに全身で語ってくれた。（星野チヅ子）

ふれ・あい
第339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108名 女621名
合計729名

二十五周年記念誌を作成しました

拡大写本部会　原　真紀

私たち拡大写本部会は部会発足から今年で25年を迎えます。四半世紀にわたり活動を続けられたことは部会員としてとてもありがたく感謝の気持ちでいっぱいです。年々新しい部会員も増え、その一方では活動から離れられる方もおられます。それは部会員だけではなく、利用してくださる方も同じで会を通じて時とともに移りゆく人とのふれあいを今までの活動を振り返りつつ、今後につなげる形として残したいとこのたび記念誌を作成しました。

内容は、写本という活動を通じて感じた様々な時と人の思い出を集めたものになりました。また、表紙の紙やデザインなども部会内でアンケートをするなど検討してきました。部会で人気のあった紙が生産中止というアクシデントもありましたが印刷もみんなで行う手作りの冊子です。普段の活動時の暖かさが出たら良いと思っています。記念誌の発行は9月28日です。

レクリエーション部会の活動

桑原　せつ子

レクリエーション部会では、季節ごとに視覚障害者と晴眼者が共に楽しめる行事を各行事ごとの実行委員会で企画、運営しています。恒例になっている年中行事は次のとおりです。

「カヌー&キャンプ」
毎年5～6月に丹沢湖玄倉川流域で実施。バンガローに宿泊、食事も参加者が作ります。カヌーは指導者がいますので、初心者でも安全に楽しめます。

「ワンデイハイク」
①毎年10～11月頃に実施。しっかり歩くハイキング。②毎年2月頃に実施。のんびりと陽だまりを歩くハイキング。いずれも県内の身近なコースを選んでいます。尾根道を視覚障害者と晴眼者がペアとなってゆっくり時間をかけて歩きます。

「お餅つき」
毎年12月中旬にライトセンターの駐車場で実施。臼と杵で本格的に餅つきを体験します。『変わり大福』作りや、豚汁（台所ボランティア特製）も好評です。

「ブラインドスキー・ネイチャー」
毎年3月中旬に裏磐梯クロスカントリースキー場で実施。休暇村に二泊します。『歩くスキー』と呼ばれるネイチャースキーは冬の自然とふれあうことが出来て、初心者でも安全に楽しめます。

「大自然ウォーク」
昨年度から中止されていますが、県外宿泊軽登山企画です。再開の要望が多く届いていますので検討中です・・・

以上のようにいずれの行事も季節を感じるレクリエーションとなっています。

◆本部役員をご推薦下さい◆

平成23年度の本部役員候補者を、次の要領で募集します。

役　職　委員長、副委員長、会計、庶務、各専門委員長（広報・企画・事務局・災対）

推薦方法　役職名と氏名を書いて、ボランティア室の推薦箱に入れて下さい。自薦・他薦を問いません。郵送の場合は親展で委員宛にお願いします。（無記名でも可）

期　間　平成22年11月4日（木）～12月1日（水）

（推薦委員長）今上聿子（副委員長）小沢洋子（点）小沢洋子、熊倉美智子、西村百合子（録）井口純子、今津操、小島砂稚子（レク）太田キヨ子（誘）本告喜彦、藤原道子（拡）越後寿子（在）今上聿子（個）田中ナツ子（本）太田佐保子（平成22年度本部役員推薦委員会）

11月の活動・行事予定表

Ⓜ 10:00～12:00　Ⓐ 13:30～15:30
作業欄／の後は午後作業　(D) デイジー版　(T) テープのみ

日	曜	会議・会合等	作業
1	月	（休館）	
2	火	拡写・連絡会、チーフ会 10:00～　楽譜点訳サークルⓂ　録音相談 13:00～　企画専門委員会Ⓐ	中医臨床　他館　週刊現代（T）
3	水	（文化の日・休館）	
4	木	本部役員会Ⓐ	選定図書週報　他館
5	金	誘・役員会Ⓜ　災害対策専門委員会 13:00～　録・役員会 13:00～　在援・役員会Ⓐ　触図サークルⒶ	週刊現代（D）　マイ詩集　他館／他館
6	土	スポーツ介助運営連絡会Ⓜ　**レッツ！エンジョイスポーツ 13:30～**	生活情報誌やまゆり　他館
7	日	パソコンサポート 13:00～	
8	月	（休館）	
9	火	拡写・連絡会、役員会 10:00～　録音相談 13:00～	交流誌カエル　他館／ナンバー
10	水	パソコンサポート 10:00～　点訳活動窓口 10:30～　点・役員会Ⓐ	週刊現代（T）／他館
11	木	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　かけはし　他館週刊現代（D）
12	金		日経マネー　他館／（施設公開準備）
13	土	**（ライトセンターフェスティバル 10:00～）**	（施設公開）
14	日	パソコンサポート 13:00～	
15	月	（休館）	
16	火	拡写・連絡会、定例会 10:00～　楽点サークルⓂ　録音相談 13:00～　英語点訳サークルⒶ	他館
17	水	パソコンサポート 10:00～　点訳指導勉強会Ⓜ　点窓（触図相談）13:00～	週刊現代（T）／他館
18	木	団活動検討小委員会Ⓐ　広報専門委員会Ⓐ	選定図書週報　他館　週刊現代（D）
19	金	数学点訳サークル 10:30～	旅行読売　他館／他館
20	土	レク・役員会Ⓜ	ライトセンターだより（T、D）
21	日	パソコンサポート 13:00～	
22	月	（休館）	
23	火	（勤労感謝の日・休館）	
24	水	パソコンサポート 10:00～　点・定例会Ⓜ　録音相談担当者打合せ会Ⓜ　点窓（触図相談）13:00～　録音講座担当者勉強会 13:00～	ライトセンターだより（点・墨）　週刊現代（T）小学3年生4年生／ナンバー　他館
25	木	誘導指導者勉強会 10:30～　幼児教材作製グループ 10:30～事務局連絡会Ⓐ かけはし編集委員会Ⓐ	選定図書週報　他館　週刊現代（D）
26	金	在宅者援助指導者勉強会 10:30～	栄養と料理／他館
27	土	録音相談 13:00～	小学1年生2年生　おたまじゃくし　他館
28	日	パソコンサポート 13:00～	
29	月	（休館）	
30	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Ⓐ	文学界