



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society

ライトセンター

だより

8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
電話 代 表 045(364)0 0 2 3
図 書 貸 出 045(364)0 0 2 2
相談・ボランティア活動 045(364)0 0 2 4
スポーツ受付 045(364)0 0 2 5
ボランティア室 045(364)0 0 2 6
FAX 代 表 045(364)0 0 2 7
【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

「初心者向けiPhone教室」

iPhoneの基本操作のうち、最低限必要と思われる「電話」と「メール」の操作を体験実習します（他のアプリの実習はありません）。

- 日 時：**8月23日(日)
電話講座：午前10時30分～12時
メール講座：午後1時30分～3時
- 会 場：**2階 第3講習室A・会議室
- 講 師：**センター職員
- 対 象：**県内在住・在勤・在学の視覚障害者で、iPhoneを所有しているか、購入を考えている人。
- 定 員：**各回10名（申し込み多数の場合は抽選し、8月7日(金)以降に電話で連絡します）
- 締 切：**8月6日(木) 午後5時
- 申 込：**支援課 相談指導係
①電話：045(364)0024
②メール：kunren@kanagawalc.org
氏名、電話番号、視覚障害の程度、iPhone所有の有無、参加希望講座を明記してください。両講座に申し込むこともできます。

「アクアビクス夏季教室」を開催します！

アクティブな宮本先生の楽しいアクアビクス教室を1日限りですが開催します。音楽に合わせてからだを動かしてリフレッシュ！夏を乗り切りましょう！！

- 日 時：**8月21日(金) 午前10時50分～11時50分
- 会 場：**プール
- 講 師：**宮本恵美氏
- 対 象：**県内在住・在勤・在学の視覚障害者20名
- 締 切：**定員になり次第締め切り（満たない場合は当日まで）
- 申 込・問合せ：**支援課 スポーツ係 電話 045(364)0025

技術講習会「会食チャレンジ講座」

視覚障害者が人前で食べるのが苦手と感じるメニューを取り上げ、意見交換しながら食べ方を工夫する講座です。

- 1回目は「もりそば」です。お申込みお待ちしております。
- 日 時：**9月3日(木) 午後1時30分～3時
- 会 場：**2階 視聴覚室
- 講 師：**センター職員
- 対 象：**県内在住・在勤・在学の視覚障害者
- 費 用：**500円程度（実費）
- 定 員：**5名程度（申し込み多数の場合は抽選し、8月19日(水)以降に電話で連絡します。）
- 締 切：**8月18日(火) 午後5時
- 申 込：**支援課 相談指導係
①電話：045(364)0024

②メール：kunren@kanagawalc.org

氏名、電話番号、視覚障害の程度を明記してください。

備 考：講座中に調理はしません。昼食は軽めに済ませて来てください。

横須賀市で視覚障害者向け相談&体験会「かなエール」

見えない・見えにくい方向けの、ご相談や便利な道具の体験ができます。申込は不要です。お誘い合わせの上ご来場ください。

- 日 時：**8月1日(土) 午前10時30分～午後3時
- 会 場：**横須賀市産業交流プラザ
横須賀市本町3-27（京急汐入駅徒歩1分）
電話 046(828)1630

主な内容：

- ①外出のサポート（白杖歩行体験、制度紹介）
- ②文字をサポート（読字、書字体験）
- ③音声でサポート（録音図書、音声機器体験）
- ④就労のサポート（就労支援紹介）
- ⑤老後のサポート（高齢支援紹介）
- ⑥ハイテクでサポート（IT体験）

その他、生活全般に関する相談、訓練の希望受付なども行います。

*医療相談はありません。

問合せ：支援課 相談指導係 電話 045(364)0024

「ライトシネマ」のご案内 音声解説付 DVD映画体験会

④ 8月のご案内

- 日 時：**8月19日(水) 午後1時～2時30分
- 会 場：**2階 視聴覚室
- 作 品：**「スタンド・バイ・ミー」
- 概 要：**オレゴンの片田舎に住む12歳の4人の少年たち。夏休み、行方不明になった少年の死体を発見しようと、線路沿いを歩いて冒険旅行に出かける。
- 監 督：**ロブ・ライナー
- 原 作：**スティーブン・キング
- 出 演：**ウィル・ウィートン、リバー・フェニックス、コリー・フェルドマン、ジェリー・オコネルほか
- 申 込：**不要
- 問合せ：**総務課 045(364)0023

視覚障害援助ボランティア養成講座

(1) 第4回視覚障害援助ボランティア入門講座

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。

- 日 時：**9月5日(土)・6日(日) 全4コマ
午前10時～午後3時

会 場：2 階 第 1 講習室
 対 象：県内で視覚障害援助を志す16歳以上の方
 定 員：60名
 締 切：8月25日(火) 送信・消印有効

(2) 専門講座

視覚障害援助ボランティア入門講座終了（見込み）者が対象となります。

①第 2 回誘導法講座

日 時：9月12日～10月24日 毎週土曜日 全7コマ
 午前10時～12時

会 場：2 階 第 2 講習室

定 員：20名

締 切：9月2日(水) 送信・消印有効

②第 2 回スポーツ&レクリエーション講座

日 時：9月13日～27日 毎週日曜日 全6コマ
 午前10時～午後3時

会 場：2 階 第 2 講習室

定 員：12名

締 切：9月1日(火)送信・消印有効

③パソコンサポートボランティア講座

視覚障害者がパソコンを利用する際のサポートを学ぶ講座です。日頃からパソコンを使い慣れていることが必要です。

日 時：9月11日～10月2日 毎週金曜日 全8コマ
 午前10時～午後3時

会 場：2 階 第 3 講習室

定 員：8名

締 切：9月1日(火)送信・消印有効

*各講座申込多数の場合は抽選。

申 込：講座名・住所・氏名（フリガナ）・年齢・電話番号を明記のうえ、下記①②③いずれかの方法でお申し込みください。

① F A X：045(364)0027

② メール：kouza@kanagawalc.org

③ 往復葉書：〒241-8585 横浜市旭区二俣川1-80-2
 神奈川県ライトセンター
 情報提供課 講座担当宛

※ F A Xでお申し込みの方は、自宅の F A X 番号を記入してください。

※ 詳しくは、チラシ・ホームページをご覧ください。

ります。但し、空いている場合は、その他の方もご利用いただけます。

・教室開催に伴い以下のコースが貸切りになります。

< 1 コース貸切り >

21日(金)午前10時50分～11時50分

※上記以外にもプールの一部のコースやフリースライミングが利用できない場合があります。

お問い合わせはスポーツ受付まで(電話045-364-0025)。

クライミングウォールをリニューアルしました！

ライトセンターに、クライミングウォールがあるのをご存知ですか？当センターのウォールは高さ3m、幅9mの限られた空間にさまざまなコースを設け、幾通りにも楽しんでいただけるよう、作ってあります（このコースのことを「課題」と呼んでいます）。今回リニューアルに伴い、3タイプ、全21個の課題ができました！

クライミングは老若男女問わず、ご自身のペースで楽しめるスポーツです。課題って何？自分も楽しめるかな？と少しでも興味を持たれた方は、ぜひライトセンターに遊びにいらしてください！

利用時間はセンター開館日(第2水曜日の施設整備日は除く)の、午前10時～午後5時です。専用靴の必要な方には、1回100円でレンタルも行っております。

ご利用には、スポーツ施設利用登録が必要です。

初めてご利用になる方、「課題」の遊び方についてレクチャーを受けたい方は、事前にお問合せください。

問合せ：支援課 スポーツ係 電話045(364)0025

備 考：行事等でご利用いただけない日があります。センターだよりやホームページでご確認の上お越しください。

プール水入れ替えのお知らせ

9月6日(日)～9月9日(水)、プールの水入れ替えを行います。期間中、スポーツ全施設がご利用いただけません。ご理解ご協力くださいますよう、よろしくお願いいたします。



手芸クラブよりボランティア募集のお願い

編物を教えていただける方、ご趣味で編物をなさっている方。手芸クラブでボランティアをしていただけませんか？ぜひ一度ご見学にいらして下さい。

日 時：7月24日(金)・8月28日(金)・9月11日(金)・25日(金)
 午後1時～3時

会 場：2 階 多目的室2

クラブ員一同お待ちしております。

お問い合わせは竹部まで 電話 045(771)8111

「在宅者援助活動」をご存知ですか？

日常生活の中で困っていらっしゃることはありませんか？郵便物などがたまってしまった、読んで欲しいものがある、記入して出さなければいけない書類がある、洋服やCD・食料品など整理したい、新しく買った電気製品をもっと知りたいなどなど「目のかわり」が必要な時に、ご自宅や最寄りの

NEWS お知らせ

休 館 日

8月の休館日は次のとおりです。

3日(月)・10日(月)・17日(月)・24日(月)・31日(月)

次の日は利用できません。

◆施設整備日(図書館・スポーツ施設・用具コーナー)
 8月12日(水)

◆フリースライミング

1日(土)・2日(日)の終日、8日(土)の午後

29日(土)・30日(日)の終日

◆プール

・毎週日曜日は「プールファミリー&フレンドデー」のため1コースは終日ご家族・ご友人連れの方が優先にな

場所（ライトセンターなど）でお手伝いする活動です。

お申し込みはライトセンター内神奈川県視覚障害援助赤十字奉仕団事務局（電話045-364-0026）へどうぞ。火曜から土曜の10時から15時までにまずはご相談ください。「ご利用のしおり」をお送りいたします。

神奈川県視覚障害援助赤十字奉仕団 在宅者援助部会

視覚リハ体験会のお知らせ

当施設は、視覚障害をお持ちの方に、総合支援法にもとづく入所・通所支援、視覚リハ訓練の提供を行っています。この度、以下の日程で、視覚リハ訓練の「体験会」（歩行・感覚・点字・パソコン・日常生活）を実施しますので、お知らせします。これらの訓練による、見えない、見えづらい不自由さ・不安の軽減などを体験され、今後に生活の一助としていただきたく、是非ご参加ください。

日 時：8月22日（土） 午前9時～午後12時20分

会 場：厚木市七沢516 神奈川県総合リハセンター
七沢更生ライトホーム

対 象：15歳以上の視覚に障害をお持ちの方、およびその家族
参加費：無料

お問い合わせ・お申し込み：七沢更生ライトホーム

担 当：加藤 046(249)2403 平日午前9時～午後5時まで

視覚障害者専用プールの開放

日 時：8月7日（金）～8月17日（月） 午後1時～4時
無料。但し、8月12日（水）～14日（金）は休業。

場 所：横浜市立盲特別支援学校プール
（神奈川区松見町1-26）

対 象：視覚障害者と家族・介助者（利用者の安全確保のため、単独歩行ができない幼児・児童・生徒には保護者が付き添うようお願いいたします。）

問合せ：盲特別支援学校

夏休み支援事業・プール開放係

電話 045(431)1629 FAX 045(423)0284

8 月 行 事 予 定 表

*視覚障害児対象

わくわくクライミングスクール 第1 土曜日 1 日 前半:10:00～12:00
後半:13:00～15:00

*視覚障害者対象

プールファミリー&フレンドデー 毎週 日曜日 2,9,16,23,30 日 10:00～17:00
（終日）

技術講習会 第1 水、木、金曜日 5,6,7 日 13:30～15:30
「はじめての自炊応援講座」

ライトセンター体験デー 第3 火曜日 18 日 13:00～16:00

アクアビクス夏期教室 第3 金曜日 21 日 10:50～11:50

初心者向けiPhone教室 第4 日曜日 23 日 電話:10:30～12:00
メール:13:30～15:00

*視覚障害者・介助者対象

視覚障害者向け相談&体験会 第1 土曜日 1 日 10:30～15:00
「かなエール」

ゆったり！リズムダンス教室 第1 土曜日 1 日 10:30～11:30

ブラインドサッカー教室 第2 日曜日 9 日 10:00～12:30

*聴覚者対象

点訳講座（基礎） 金曜日 7 日 13:30～15:30

点訳講座（応用） 金曜日 28 日 13:30～15:30

録音講座（基礎） 木曜日 6 日 10:00～12:00

録音講座（応用） 木曜日 27 日 10:00～12:00

※お申し込み・ご不明な点は各担当者までお問い合わせください。

新たに加わった蔵書の紹介

貸出のお申し込みは、直通電話 045(364)0022 お願いします。

点 字 図 書

書 名	著 者 名	巻数
アップルソング	小手鞠 るい	6
移植医療	棚島 次郎 [ほか]	3
一私小説書きの独語	西村 賢太	3
お母さんのための「女の子」の育て方	高濱 正伸	3
おジャ魔女どれみ18	東堂 いづみ	4
御松茸騒動	朝井 まかて	3
音楽と社会	バレンボイム [ほか]	5
女の子は、明日も。	飛鳥井 千砂	4
神奈川県民も知らない地名の謎	日本地名の会	3
かまくら今昔抄60話 第3集	清田 昌弘	3
硝子の草	桜木 紫乃	4
四季のうた	長谷川 権	2
シャバはつらいよ	大野 更紗	3
修羅場は異なもの味なもの	宝井 琴嶺	4
水声	川上 弘美	3
全ての聖夜の鎖	らもん	1
その「つぶやき」は犯罪です	鳥飼 重和	3
それを愛とまちがえるから	井上 荒野	3
太陽がもったいない	山崎 ナオコロー	3
図書館奇譚	村上 春樹	1
にじいろガーデン	小川 糸	5
徘徊タクシー	坂口 恭平	2
春遠からじ	北原 亜以子	4
ヒッキー・カンクーントルネード	岩井 秀人	2
白夜の忌	竹岡 準之助	3
復活祭	馳 星周	7
減ったマイワシ、増えるマサバ	谷津 明彦 [ほか]	3
べんけい飛脚	山本 一力	6
モノクローム	乾 ルカ	6
山桜記	葉室 麟	4
優雅なかどうか、わからない	松家 仁之	3
47都道府県別日本の地方財閥	菊地 浩之	5
流水の世界	青田 昌秋	3
わたしの情報日記	城山 三郎	4

点 字 絵 本

書 名	著 者 名	巻数
からすのたからもの	周 はじめ	1
ことりのうち	さとう わきこ	1
ひとりでおとまりしたよるに	フィリパ・ピラス	1

デイジー図書

書 名	著 者 名	D総時間
江戸の貧民	塩見 鮮一郎	6:14
木を植えた人	ジャン・ジオノ	0:49
口語刑法	植松 正	39:09
最後の親鸞	吉本 隆明	6:14
線路はつながった	富手 淳	6:11
台所道具の本	主婦の友社	4:47
ナグネ・旅の途中	鷺沢 萌	4:55
日本一わかりやすいエネルギー問題の教科書	水野 倫之	3:34
震える夜が終わるまで	ジュリー・ガーウッド	12:20
ペラギウス・コード	ポール・モーガン	7:25
身につまされる江戸のお家騒動	榎本 秋	7:13

拡 大 図 書 （閲覧のみ）

書 名	著 者 名	巻数
生き方の演習	塩野 七生	1

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の略です。

ふれ・あい 第 396 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 128 名 女 536 名
合計 664 名

ボランティア活動で健康づくり

スポーツ介助グループ 代表 長島 聡美

ボランティア室を出て右にぐるーっと進むとスポーツ受付があります。スポーツ受付前からプールに向かう階段の入口までの廊下の両側に、ライトセンターで実施している各種スポーツ行事のお知らせが貼られているので、一度じっくり眺めてみてください。そのほとんどを私達スポーツ介助グループ、略してスポ介がサポートしています。「肩こり腰痛ケア体操教室」って魅力的なタイトルですよ。ね。「キッズ水泳教室」では子どもの成長の速さを間近で実感できます。活動しながら自分の心や体のケアができる、これがスポ介メンバーならではの楽しみです。

スポ介広報誌「よーい・どん」にはタイトルの横にスポ介(すぽすけ)くんというイルカのキャラクターがいます。水中を元気に泳ぐイルカのようにプールでも体育館でもスポ介メンバーはいつも元気です。自分が楽しくなければ利用者だって楽しめない。必要以上の手助けはしない。情報提供のための言葉掛けは惜しまない。スポーツ介助で最も重要な安全確保、見守り。皆さんが気持ちよく体を動かせるよう気を配っています。できることを、できるときに、皆で協力し合いながら、ライトセンターからのサポート要請に応えたり、他団体からの要望に応えたり、第2土曜日(原則)の「レッツ! エンジョイスポーツ」を主催したりしています。

9月にスポーツレクリエーションボランティア講座(日曜日3日間)があります。是非あなたもお仲間に入りませんか?

JFVA(日本フロアバレーボール連盟)
クラブ日本一決定戦観戦記

6月6日(土)・7日(日)の2日間、神奈川県ライトセンター他2会場に各地の予選を勝ち抜いた9チームが集まりました。「バシッ!ズドン」という大音響が響き渡るなか選手の体が宙を舞い、さながら格闘技の様な雰囲気さえ漂います。

視覚障害者と晴眼者が一緒にプレイできるように考案されたフロアバレーボールは、基本的に6人制バレーボール規則を参考にしています。コート中央の床上30cmにネットが張られ、ボールはその下をくぐります。前衛3人はアイマスクをつけしゃがんだ状態で体を張ってレシーブやブロックをし、後衛3人は立った状態でレシーブやアタックをし、指示を出します。転がるボールをゆっくり追うと見せかけて、急に反対方向にパスを出し相手のブロックをかかわすなど、頭脳プレイの連続です。会場は発声や拍手など音を出すことが禁じられているので、観客も静かな応援に力が入ります。

熱戦の様子はネットでライブ中継されたので、興味のある



方は録画を検索してみてください。練習時間と場所の確保に苦勞する選手の晴れ舞台を多くのボランティアが支え、共に楽しんでいました。

<取材・佐藤>

8月の活動・行事予定表

㊤ 10:00 ~ 12:00
㊦ 13:30 ~ 15:30

日 曜	会 議 ・ 会 合 等	作 業
1 土	録音相談 13:00 ~	他館
2 日	点訳サークルみなづき 10:30 ~ パソコンサポート 13:00 ~	
3 月	(休館)	
4 火	拡大・連絡会・チーフ会 10:00 ~ 録音相談 13:00 ~ 企画専門委員会㊤	ジュニアエラ
5 水	パソコンサポート 10:00 ~ 点訳活動窓口 10:30 ~	やまゆり
6 木	本部役員会㊤ かけはし編集委員会㊤	選定図書週報 交流誌カエル
7 金	録・役員会 10:00 ~ 在援・役員会 13:00 ~ 誘・役員会 13:30 ~	週刊現代
8 土	スポーツ介助運営連絡会 13:00 ~	他館
9 日	パソコンサポート 13:00 ~	
10 月	(休館)	
11 火	拡大・連絡会・役員会 10:00 ~	日経マネー
12 水		他館
13 木		選定図書週報
14 金		
15 土		他館
16 日		
17 月	(休館)	
18 火	拡大・連絡会・定例会 10:00 ~ 録音相談 13:00 ~	センターだより
19 水	パソコンサポート 10:00 ~	他館
20 木		選定図書週報 ライトこどもクラブ
21 金		週刊現代
22 土		他館
23 日	パソコンサポート 13:00 ~	
24 月	(休館)	
25 火	拡大・連絡会 10:00 ~ 拡大写本指導者勉強会㊤	旅行読売
26 水	録音相談担当者打合せ会㊤ パソコンサポート 10:00 ~ 点窓 10:30 ~ 録音講座担当者勉強会 13:00 ~	他館
27 木	幼児教材作製 10:30 ~ 誘導指導者勉強会 10:30 ~ 広報専門委員会 13:00 ~ かけはし編集委員会㊤	選定図書週報 栄養と料理
28 金	事務局連絡会㊤	週刊現代 文学界
29 土	録音相談 13:00 ~	他館
30 日	パソコンサポート勉強会 13:00 ~	
31 月	(休館)	