

 <p>日本赤十字社 Japanese Red Cross Society</p>	<h1>ライトセンター</h1> <h2>だより</h2> <p>2月号</p>	<p>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)0023 図 書 貸 出 045(364)0022 相談・ボランティア活動 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</p>
--	--	---

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がい者の福祉施設です。

参加者募集

「即席めん料理講習会」

すこやか食生活協会および一般社団法人日本即席食品工業協会の協力で、野菜たっぷりラーメンなどを作ります。あまり料理をしたことのない方のための講習会です。お申込みをお待ちしています。

日 時：2月25日(水) 午前10時30分～午後2時

会 場：2階 調理指導室

講 師：センター職員

対 象：県内在住・在勤・在学いずれかの視覚障がい者

定 員：6人程度（申込み多数の場合は抽選し、2月12日(木)以降全員に電話で連絡します。）

参加費：無料

持ち物：エプロン、三角巾、手拭き用タオル、ふきん各1枚

締 切：2月10日(火) 午後5時

申 込：事業課支援係

①電話：045(364)0024

②メール：kunen@kanagawalc.org

氏名、視覚障がいの程度、電話番号、レシピの形態（点字・墨字・録音）を明記してください。

LCサロン

オンライン交流会「LCサロン」を実施します。Zoomで行い、電話でも参加できます（通話料はご利用者負担となります）。

見えない、見えにくいことによる不安や困り事、また、生活上の工夫や楽しみ事など、自由におしゃべりしましょう。

お申し込みは不要ですが、お名前が表示されるようにして参加してください。

日 時：2月18日(水) 午後1時30分～2時30分

方 法：Zoomによるオンライン開催

対 象：県内在住・在勤・在学いずれかの視覚障がい者・家族・支援者・ボランティア

定 員：なし

問合せ：事業課支援係 電話 045(364)0024

備 考：Zoomの招待リンクは、実施日前日にメールマガジンでお知らせします。

メールマガジン未登録の方は、センターホームページから登録するか、代行をお申込みください。

Zoomの使い方などについてもご相談ください。

対面型サロン「ライトなんでもアリーナ！」

ライトセンターに集まって交流する会を定期的に行っています。（オンラインでの「LCサロン」とは別の会です）

見えない、見えにくいことによる不安や困り事、また、生活上の工夫や楽しみ事など、自由におしゃべりしたり、簡単なゲームや歌など、集まった人たちで楽しく過ごす時間です。

お申し込みは不要です。お気軽にご参加ください。

日 時：2月27日(金) 午後1時～3時（出入り自由）

会 場：2階 視聴覚室

対 象：県内在住・在勤・在学いずれかの視覚障がい者・家族・支援者・ボランティア

定 員：20人程度

問合せ：事業課支援係 電話 045(364)0024

2月のスポーツ教室

今月のローインパクトエアロビクス教室の定員は、10人です。お知らせに詳細を載せます。それ以外の教室は定員15人、最少開催人数は5人です。

対象は、県内在住・在勤・在学いずれかの視覚障がい者です。

1 水泳教室

日 時：2月10日(火) 午後1時～2時30分

会 場：アサンテ スポーツパーク
(県立スポーツセンター) プール

2 いきいき筋力アップ教室

日 時：2月13日(金) 午前10時30分～11時30分

会 場：2階 第1講習室AB

3 ローインパクトエアロビクス教室

日 時: 2月20日(金) 午前10時30分~11時30分

会 場: 2階 視聴覚室

申込・問合せ: 事業課スポーツ担当

電話 045(364)0025

点字・音声訳体験会

点字ってどんなもの? 音声訳ってなに? 初めて触れる方を対象に体験会を実施します。

日 時: 2月8日(日)

●午前の部(点字体験)

午前9時50分~午後12時30分

(受付 午前9時30分~)

●午後の部(音声訳体験)

午後1時50分~4時30分

(受付 午後1時30分~)

※午前/午後の両方に申し込むこともできます。

会 場: 2階 第1講習室A B

対 象: 県内在住、在勤、在学いずれかの16歳以上でボランティアを志す方

定 員: 点字体験・音声訳体験 各30人

締 切: 2月3日(火)

申 込: 以下を記載し、午前/午後別にメールでお申し込みください。

件名: 体験会申込(点字または音声訳)

①住所

②氏名(フリガナ)

③電話番号

④年齢

宛 先: 午前の部(点字)

メール tenji@kanagawalc.org

午後の部(音声訳)

メール rokuon0023@kanagawalc.org

問合せ: 事業課製作・ボランティア係

点字製作担当または録音製作担当

電話 045(364)0024

ります。2階視聴覚室で行いますが、部屋の広さから、介助者の入室を制限させていただきます。ご理解ご協力のほどよろしくお願いいたします。

問合せ: 事業課スポーツ担当

電話 045(364)0025

リクエスト図書の製作について

皆さまからいただいたリクエストにつきまして、選書委員会で検討の結果、以下1タイトルの製作を決定いたしました。

●録音図書

「耳がきこえないママときこえるムスメのおはなし。」

うささ 著

ライトセンターでは、製作する図書のリクエストを皆さまから受け付けています。いただいたリクエストは、選書の候補として選書委員会に諮らせていただきます。

製作が決定した図書はライトセンターだよりに掲載いたしますので、ご確認ください。

製作完了時にリクエストされた方へ貸出希望の有無を確認させていただきます。

休 館 日 他

◎令和8年2月の休館日

2日(月)・9日(月)・11日(水)建国記念の日

16日(月)・23日(月)天皇誕生日

○施設の利用について

当センターは、毎月第二水曜日が施設整備日です。施設整備日は、図書事務室やスポーツ施設がご利用いただけません。なお、2月の第二水曜日は11日で祝日にあたるため、施設自体(施設全体)が休館となります。

ぽ す と

レッツ! エンジョイ「みんなで歌おう!」

スポーツ・レクリエーション部会ではともに歌を楽しむ「みんなで歌おう!」を開催します。童謡、唱歌、歌謡曲、フォークソングなど好きな曲をお楽しみ下さい。季節を感じる歌、テーマで見つけた歌など、一緒に歌って笑い合って、レッツ! エンジョイ!

日 時: 2月5日(木) 午後1時~3時

会 場: 2階 視聴覚室

NEWS お知らせ

スポーツ教室参加人数制限のお知らせ

体育館棟外壁工事に伴い、体育館利用停止のため、スポーツ教室は2階第1講習室A Bで開催しているところです。2月20日(金)と、3月6日(金)のローインパクトエアロビクス教室は、ボランティア入門講座と重なっているため、開催場所が変更とな

持ち物：飲み物

申 込：1月22日(木)～2月4日(水)

奉仕団事務局 電話 045(364)0026

レッツ! エンジョイ・レク

スポーツ・レクリエーション部会では、ともに体を動かして楽しむレクリエーションの機会を増やすために、月1回「レッツ!エンジョイ・レク」を開催しています。

2月は「ブラインドピンポンダブルス」です。視覚障がい者と晴眼者のペアを組んで、交互にボールを返して打ち合います。スルーネットピンポン未体験の方でも、ペアのいない方もお待ちしております。一緒に楽しみましょう!

日 時：2月14日(土) 午後1時～3時

会 場：2階 卓球室、第3講習室A B

対 象：県内在住・在勤・在学いずれかの視覚障がい者・介助者・視援奉団員

持ち物：上履き、飲み物、タオル

集 合：2階 第3講習室A B 午後12時45分

申 込：1月22日(木)～2月13日(金)

奉仕団事務局 電話 045(364)0026

ワンデイハイク「鎌倉源氏山」

今回は鎌倉の源氏山へのハイキングコースです。円覚寺境内を散策した後に階段状の急こう配の山道を登り、源氏山公園まで行きます。昼食後、銭洗弁天を通り福祉会館経由で鎌倉駅までの行程となります。

日 時：2月21日(土)

集 合：JR横須賀線北鎌倉駅 午前9時

解 散：JR横須賀線鎌倉駅 午後3時

行 程：北鎌倉駅→円覚寺(境内を散策)→浄智寺→ハイキングコース→葛原が岡神社→源氏山(昼食)→銭洗弁天→鎌倉福祉会館→鎌倉駅

※円覚寺入場料500円が必要、障がい者手帳提示の場合は本人と付添い者1名は無料

持ち物：リュック、お弁当、飲み物、帽子、雨具、障がい者手帳、ウォーキング用靴着用

定 員：視覚障がい者10人、晴眼者20人

応募者多数の場合は抽選

申 込：1月24日(土)～2月7日(土)まで

奉仕団事務局 電話 045(364)0026

視覚障害卓球 初心者体験会 「アソビング」のご案内

神奈川県サウンドテーブルテニス協会主催の、イベントを開催いたします。

まだ、視覚障害卓球をやったことのない人、用具もルールも知らないけれど興味がある人、一度体験してみませんか。

当日は動きやすい服装で体育館シューズをお持ちください。

日 程：2月21日(土)

会 場：神奈川県ライトセンター 2階 卓球室

時 間：午前10時～正午

参加費：無料

募集定員：5人

申込・問合せ：神奈川県サウンドテーブルテニス協会

会長 かのう 叶

電 話：090(6798)7489

メール：g.sky3947@gmail.com



次号センターだよりのお知らせ

令和8年2月17日(第3火曜日) 発送予定

2月行事予定表

*視覚障がい者対象

水泳教室 (県立スポーツセンター) 第 2 火 曜日 10日 13:00～14:30

いきいき筋力アップ教室 第 2 金 曜日 13日 10:30～11:30

ローインバクトエアロビクス教室 第 3 金 曜日 20日 10:30～11:30

即席めん料理講習会 第 4 水 曜日 25日 10:30～14:00

*視覚障がい者・介助者対象

ブラインドピンポンダブルスin小田原 第 1 土 曜日 7日 10:00～12:00

LCサロン(オンライン) 第 3 水 曜日 18日 13:30～14:30

対面型サロンライトなんでもアリーナ 第 4 金 曜日 27日 13:00～15:00

*晴眼者対象

点字・音声訳体験会 第 2 日 曜日 8日 9:50～16:30

第4回視覚障がい援助ボランティア入門講座 第 3,4 金 曜日 20,27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 をお願いします。

点字図書

書名	著者名	全巻数
愛国者の憂鬱	坂本 龍一 鈴木 邦男	4
ANNA	エイミー・オデル 著 佐藤 絵里 訳	10
アメリカは自己啓発本でできている	尾崎 俊介	4
生きる証し	姜 尚中	2
違和感にもほどがある!	松尾 貴史	4
遠藤周作道化の泪	今井 真理	3
おてらおやつクラブ物語	井出 留美	2
音盤の来歴	榎本 空	3
口笛のはなし	武田 裕熙 最相 葉月	4
現代人を救うアンパンマンの哲学	物江 潤	3
小泉八雲日本の心	ラフカディオ・ハーン 著 和田 久實 監訳	4
「国境なき医師団」をそれでも見に行く	いとう せいこう	3
『孤独のグルメ』巡礼ガイド	週刊SPA!『孤独のグルメ』取材班	2
サプリメントの不都合な真実	畠山 智香子	3
人体はこうしてつくられる	ジェイミー・A. デイヴィス [著] 橋 明美 訳	9
世界中の翻訳者に愛される場所	松永 美穂	2
それからぼくはひとりで歩く	アリシア・モリーナ 作 星野 由美 訳 犬吠 徒歩 絵	1
台所で考えた	若竹 千佐子	2
地球の歩き方 横浜市(2025-2026年版)	地球の歩き方編集室 編集	19
ちっちゃなやさしさに、今日も救われてます	るしこ	1
ドジャースと12人の侍	AKI 猪瀬	3
夏のピルグリム	高山 環	4
バルセロナで豆腐屋になった	清水 建宇	4
陽だまりの昭和	川本 三郎	4
非暴力主義の誕生	踊 共二	4
本日、東京ラブソディ	中野 翠	3
マンガラチャート	垣谷 美雨	6
目の見えない精神科医が、見えなくなって分かったこと	福場 将太	3
もっと人生は愉快になる	五十嵐 貴久	2
私は93歳の新聞記者	涌井 友子	2

デージー図書

書名	著者名	D総時間
新しい星	彩瀬 まる	6:34
女のこよみ	宮尾 登美子	3:32
哀しい予感	吉本 ばなな	3:44
米ビジネス	芦垣 裕	6:21
殺意はさりげなく	赤川 次郎	6:26
図書室で真珠採り	松月 清郎	8:23
十津川警部の怒り	西村 京太郎	5:14
不謹慎な旅	木村 聡	9:38
メタバースの哲学	戸谷 洋志	7:03
森有正全集 10	森 有正	16:39

テキストデージー図書 (利用はサピエからのみ)

書名	著者名	ページ数
KAGOMEの管理栄養士さんに聞く 野菜の賢い食べ方	カゴメ株式会社 監修	143
ハリー・ポッターの「ことば学」	吉村 あき子 須賀 あゆみ	155

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」はデージーの総録音時間の略です。



サピエ図書館の人気図書(2025.12.09 時点)

【デージー図書】

書名	著者名	D総時間
1 マスカレード・ライフ	東野 圭吾	11:39
2 天狼	今野 敏	7:58
3 リベアラー	大沢 在昌	12:54
4 おてんば剣法ごめんあそばせ 1	伊丹 完	5:50
5 魔球	東野 圭吾	7:22

【点字図書】

書名	著者名	全巻数
1 没落した貴族家に拾われたので恩返しで復興させます 4	六山 葵	3
2 竜騎士のお気に入り	織川 あさぎ	4
3 過保護な兄たち(ときどき魔王)は末っ子幼女を甘やかしたくて仕方ない!	晴日 青	4
4 血糖値・血圧を下げる! 万能! お酢レシピ	周東 寛 監修	2
5 後宮不美人	鈴生 庭	4