

 <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>神奈川県ライトセンター</p> <p>〒241-8585 横浜市旭区二俣川1-80-2</p> <p>電話代 表 045(364)0 0 2 3</p> <p>図 書 貸 出 045(364)0 0 2 2</p> <p>相談・ボランティア活動 045(364)0 0 2 4</p> <p>スポーツ受付 045(364)0 0 2 5</p> <p>ボランティア室 045(364)0 0 2 6</p> <p>FAX 代 表 045(364)0 0 2 7</p> <p>【HP】 http://www.kanagawalc.org</p> <p>【E-mail】 mail@kanagawalc.org</p>
		<p>9月号</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害者の福祉施設です。

参加者募集

プールの教室を再開します。

7月と8月の2か月間お休みになっていた「水中運動教室」と「水泳教室」を9月から再開いたします。

「水中運動教室」

日 時：9月1日、8日、15日、22日、29日の毎週木曜日
午後1時50分～2時50分。全5回。

対 象：県内在住・在勤・在学の視覚障害者および他の障害者

定 員：各回17名（先着順）

申 込：実施月1カ月前の1日から開催日の前日までの
事前申込制（1日が休館日の場合は翌開館日）
支援グループ スポーツ担当まで
①スポーツ施設受付
②電話：045(364)0025

「水泳教室」

日 時：9月2日、16日の第1・第3金曜日
午後1時50分～2時50分

定 員：各教室10名程度（先着順）

申 込：事前申込は不要です。スポーツ施設受付で、教室
参加の旨をお伝えください。教室開始時間前には
プールサイドに集合してください。

「健康・安全教室」参加者募集！！

「高齢者疑似体験」加齢による身体機能低下を体験してみませんか。

また、東日本大震災の被災地で行った視覚障害者支援活動を基に、災害に備えて心がけておくことについての講義も行います。皆さまのご参加をお待ちしています。

日 時：10月1日(土)午後1時～4時

会 場：ライトセンター2F 第一講習室A B

対 象：①県内在住・在勤・在学の視覚障害者

②視覚障害援助関係ボランティア

③県内在住・在勤・在学の晴眼者

定 員：30名（対象者①②③各10名）

講 師：赤十字健康生活支援講習指導員

日本盲人福祉委員会東日本大震災視覚障害者支援対策本部
白崎正彦氏

締 切：9月15日(木)

申込・問合せ：支援グループ スポーツ担当

電話：045(364)0025

* 申込者多数の場合は抽選。結果は9月22日(木)までにご連絡します。

技術講習会「らくらく料理教室」

初心者向けの料理教室を今年度も開催します。今回はシンプルなお弁当メニューで、包丁を使うことをメインに企画しました。お申し込みお待ちしております。

日 時：9月22日(木)、29日(木)

両日とも午前10時30分～午後2時30分

* 二日間とも同じ内容です。参加はどちらかの日となります。

会 場：ライトセンター調理指導室

講 師：ライトセンター職員

対 象：県内在住・在勤・在学の視覚障害者

定 員：各回6名（申込者多数の場合は抽選。抽選結果は
申込締切日の翌日以降にご連絡します。）

ご家族の参加を希望される場合はご相談ください。
その場合には、別途参加費をいただきます。

持ち物：エプロン、三角巾、手ふき用タオル(ハンカチ)

参加費：600円（実費）

締 切：9月7日(水)

申 込：支援グループ相談指導担当まで電話かメールにて
お申し込みください。メールの場合は、氏名および
電話番号を明記してください。

①電話：045(364)0024

②メール：kunren@kanagawalc.org

在宅者援助講座（定員20名）

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。視覚障害者の様々な生活場面における「目」の代わりになる援助方法を学ぶ講座です。

日 時：10月5日～11月30日 毎週水曜日

全8コマ 午後1時30分～3時30分

会 場：ライトセンター

締 切：9月27日(火)送信・消印有効。

申 込：講座名・住所・氏名（ふりがな）・電話番号・年齢を明記の上、次の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

情報提供グループ 講座担当あて

* 詳しくはチラシ・HPをご覧ください。

『ライトシネマ』のご案内 音声解説付 DVD映画体験会

9月のご案内

日時：9月14日(水) 午前10時～12時
 会場：ライトセンター2F 視聴覚室
 作品：「あの子を探して」
 内容：中国の農村の代用職員になった13才の少女ウェイは生徒が誰一人学校をやめなかったらもらえる懸賞金を目当てに生徒たちの監視を続ける。そんなある日、クラス一のわんぱく少年チャンが出稼ぎに行った町で迷子に。ウェイはチャンを探しに町へ赴くのだが…。

監督：チャン・イーモウ
 主演：ウェイ・ミンジ、チャン・ホエクー
 公開：2000年
 申込：不要
 問合せ：総務グループ 045(364)0023

報 告

米寿のシンクロスイマー奮闘

7月12日火曜日に、毎年恒例となったシンクロナイズドスイミングの体験教室を行いました。

今年4回目を迎えた教室には11名の視覚障害者スイマーが参加し、神奈川県視覚障害援助赤十字奉仕団のスポーツ介助ボランティアなどの援助を受けながら始まりました。

音楽は「アンパンマンのマーチ」が使われ、振り付けは日本水泳連盟神保えり子先生で、指導には増田実枝子先生も加わって進められました。

参加者は介助ボランティアの手を借りながら、水面上に挙げた手を大きく振ったり、水に浮いた姿勢から足を上げたりと、音楽に合わせて一生懸命に練習を繰り返して振り付けを憶えました。

そして、最後は全員が一曲をとおした演技を完成しました。

初めて参加した澁谷保太郎さんは、今年米寿を迎えるのですが、日頃からライトセンターの水中運動教室で鍛えた成果を発揮して、「始めるまではどこまで出来るか心配だったけど、介助の人に助けられながら一曲を踊り切れました」と最後まで元気にシンクロナイズドスイミングを楽しまれました。

指導にあたった神保先生は「ベテランの人はスカーリング(手のひらで水を捕らえる泳ぎ方)をしっかり憶えれば来年は介助者無しで大丈夫かも」と来年の実施に向けた抱負を語っていました。

上手に泳げなくても出来る体験教室です。来年は皆さんの挑戦をお待ちしています。

NEWS お知らせ

ライトセンターフェスティバル・ ライトセンター音楽祭開催のお知らせ

今年のライトセンターフェスティバルは11月12日(土)午前10時～午後4時まで開催します。

また、東日本大震災の影響で実施を見合わせていましたライトセンター音楽祭を、フェスティバル翌日の11月13日(日)午前10時～午後3時30分まで開催します。

休 館 日

9月の休館日は次のとおりです。
 9月5日(月)・12日(月)・19日(月) 敬老の日・23日(金) 秋分の日・26日(月)
 9月20日(火)はライトセンター条例により休館日となっていました。平成23年度から指定管理者として一日でも多くご利用いただけるよう開館日とさせていただきます。
施設整備日(第2水曜日)
 9月14日(水) 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。
プール水の入れ替えおよび清掃
 9月11日(日)および13日(火)は、プール水入れ替えおよび清掃に伴いスポーツ全施設のご利用はできません。

☐ ぽ す と

ワンディハイクのお知らせ!!

10月のワンディハイクは、東丹沢厚木市の^{こうたくし}広沢寺温泉から^{ひなたやま}日向山(404m)、^{ひなたやくし}日向薬師までのコースを歩きます。

日 程：10月15日(土)
 コース：本厚木駅～広沢寺温泉～日向山～日向薬師～伊勢原駅
 集 合：小田急線本厚木駅 午前9時
 解 散：小田急線伊勢原駅 午後3時
 募 集：視覚障害者10名、晴眼者20名
 (応募者多数の場合は抽選)
 申 込：8月28日(日)～9月11日(日)
 奉仕団事務局 045(364)0026

ボランティアコーナー

楽しみながらパソコンで拡大写本

伊勢原市点訳赤十字奉仕団拡大写本グループ

手書きの拡大写本の講座をうけて1996年9月に始まった私達のグループは、現在9名の仲間とパソコンで写本に取り組んでいます。パソコンによる拡大写本の話は手書きをしていた頃にでていましたが、2005年に、金沢こだまの会の方にご指導いただいたのをきっかけに、平塚の拡大グループで受講させていただき、現在はパソコンで教科書を作っています。6月に市の社会福祉協議会主催の点訳・拡大・誘導の体験講座がありました。拡大には5人の方が参加され、オリエンテーリングの後、一人1台ずつのパソコンに、私達も総出で横について、小学校二年国語教科書を資料にパソコンでの拡大写本の体験をしていただきました。一太郎のソフトを使うのは初めての方ばかりでしたが、文字に色がついたり、微調整ができた、疲れはしたでしょうが、パソコンを楽しくうっていらっやいました。イラストを貼ってできた作品をお持ち帰りいただきました。その日に参加された方のお子さんが弱視の方でして、参考資料に並べた楽譜をご覧になって、子供のピアノの楽譜を作っていただけないかと、お話がありました。地元の子供さんに拡大写本を必要とされる子もいるのではと思いますが、教育委員会にグループのお知らせを届けたりはしていましたが、お母さんが関心を持たれたことで、ご縁ができました。現在、二年生のお子さんは、出版社の教科書を使っているらしいです。今後どうお手伝いができるか分かりませんが、教科書を作るよう依頼があった場合は、頑張りたいと思います。その時には、また皆様に教えていただくことがたくさんでくると思います。よろしく願いいたします。電源の入れ方、切り方も分からなかった私達ですが、パソコンを経験してグループに入ってこられた方と一緒に、毎回新しい勉強をしているなど実感しています。

9 月 行事 予定 表

*視覚障害者対象

らくらく料理教室 第 4,5 木 曜日 22,29 日 10:30 ~ 14:30

*視覚障害者・晴眼者対象

水中運動教室 第 1,2,3,4,5 木 曜日 1,8,15,22,29 日 13:50 ~ 14:50

金曜水泳教室① 第 1 金 曜日 2 日 13:50 ~ 14:50

金曜水泳教室② 第 3 金 曜日 16 日 13:50 ~ 14:50

*晴眼者対象

第 4 回視覚障害援助

ボランティア入門講座 土・日曜日 3,4 日 10:00 ~ 15:00

点訳講座(応用) 木 曜日 1,8,15,22,29 日 13:30 ~ 15:30

録音講座(応用) 水 曜日 7,14,21,28 日 10:00 ~ 12:00

第 2 回拡大写本講座 金 曜日 9,16,30 日 13:30 ~ 15:30

第 2 回誘導法講座 土 曜日 10,17,24 日 10:00 ~ 12:00

*ボランティア対象

指導技術研究会(誘導) 金 曜日 9 日 13:30 ~ 15:30

点訳勉強会 木 曜日 8 日 13:30 ~ 15:30

※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。

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 9:30 ~ 16:00

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 12:45 ~ 15:00

パ ソ コ ン 第 4 日 曜日 13:00 ~ 16:00

料 理 第 4 土 曜日 9:30 ~ 14:30

[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

保 健 気 功 体 操 第 2・4 火 曜日 10:00 ~ 12:00

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 10:00 ~ 12:30

ヨ ッ ト 第 2 日 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

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
アメリカ人の半分はニューヨークの場所を知らない	町山 智浩	3
あられもない祈り	島本 理生	2
y e sーお父さんにラブソング	川上 健一	2
いちばんここに似合う人	ミランダ・ジュライ	4
いま 20代女性はなぜ 40代男性に惹かれるのか	大屋 洋子	3
インパラの朝	中村 安希	4
ウィーン家族	中島 義道	3
西方之魂(ウエストサイドソウル)	花村 萬月	6
海底八幡宮	笹野 頼子	4
影恋	菊地 秀行	3
霞が関埋蔵金	菅 正治	3
風のなかの櫻香	内田 康夫	5
K A T A N A	服部 真澄	9
荷風流東京ひとり歩き	近藤 富枝	2
枯れるように死にたい	田中 奈保美	4
雉猫心中	井上 荒野	4
きみが見つける物語	あさの あつこ	3
君に訣別の時を	北方 謙三	4
旧浅草区まちの記憶	森 まゆみ	2
今日を刻む時計	宇江佐 真理	4
小暮写真館	宮部 みゆき	13
孤高のメス 第1巻	大鐘 稔彦	4
人生の終(しま)いじたく	中村 メイコ	3
神保町「二階世界」巡り	坂崎 重盛	6
スカウト・デイズ	本城 雅人	6
太宰治賞 2010	筑摩書房編集部	8
たどりそこねた芭蕉の足跡	佐藤 雅美	5
朝陽門外の虹	山崎 朋子	7
妻の超然	絲山 秋子	3
日本の花火はなぜ世界一なのか?	泉谷 玄作	2
農業を起業する	大島 七々三	3
ハッピー・リタイアメント	浅田 次郎	5
腹の蟲	佐藤 洋二郎	2
漂砂のうたう	木内 昇	5
北門の狼	逢坂 剛	8
向田邦子シナリオ集 1	向田 邦子	5
向田邦子全集 11	向田 邦子	4
横浜歴史と文化	横浜市ふるさと歴史財団	16
流跡	朝吹 真理子	1
早稲田と慶応	橋本 俊昭	4

デ イ ジ ー 図 書 テ ー プ 図 書

書 名	著 者 名	D総時間	巻数
あの事件を追いかけて	大畑 太郎	7:38	—
嘘をつくコレステロール	林 洋	6:40	—
麗しき花実	乙川 優三郎	11:40	—
女ざらい	上野 千鶴子	9:28	—
K i s s	小池 真理子	7:48	—
虚報	堂場 瞬一	13:45	—
拳闘士の休息	トム・ジョーンズ	8:45	—
心の治療力	トゥルク・トンドゥップ	10:14	11
狭霧の剣風	城 駿一郎	5:38	—
さすらいの舞姫	西木 正明	29:37	—
自殺する種子	安田 節子	5:31	—
「赤十字」とは何か	小池 政行	8:37	—
ぜんぜんたいへんじゃないです。	朝倉 かすみ	5:01	—
正しい熱帯魚の飼い方ふやし方	柴田 明	5:11	—
立原正秋全集 第9巻	立原 正秋	14:33	—
東条英機暗殺計画	工藤 美知尋	8:03	—
ねずみ石	大崎 梢	8:29	—
初めての<青>	菊谷 君代	1:39	—
100歳までボケない101の方法	白澤 卓二	5:19	—
プロ野球名句ドラマ	ニッポン放送ショウアップナイター	4:39	—
ボーイング777機長まるごと体験	秋本 俊二	4:21	—
真夜中の天使 上	栗本 薫	15:14	—
真夜中の天使 下	栗本 薫	17:06	—
無縁社会	NHK「無縁社会プロジェクト」取材班	8:12	—
横浜外人の森殺人事件	斎藤 栄	6:03	—
よりぬき読書相談室	本の雑誌編集部	5:52	—
「落語」昭和の名人完結編 2		1:38	—

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」はデジターの総録音時間、「巻数」はテープ巻数の略です。

ふれ・あい 第349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113名 女615名
合計728名

「住みよい街」を目指して

3・11以後、駅や地下街をはじめ街は暗くなった。慣れてくるとさほど不便ではなくなった。が、7月5日に行われた福祉のまちづくり学会主催のシンポジウムに参加して、駅や建物の消灯は単独歩行をする視覚障害者に、かなりの影響を与えていることを知った。

東京都盲人福祉協会の金沢さんの話によると

- ・照明や内照式サインの掲示を手掛かりに方向や位置を確認しながら歩いている人には、いつもの明るさなら問題ないのだが、照度が落ちると身動きが取れなくなってしまう。
- ・使い慣れた経路で移動している人にとって、エスカレーターが動いていないと、どこに階段があるのか判らず困った。
- ・エレベーターを待っていたが、動いてないことが判らず困った。
- ・照明が暗いため、駅の改札が判らない。階段の位置が判らない。柱にぶつかった。などなど

そして、節電対策はこれからも続くことだから、これらの困難を解決し、安全確保を図りながら、どう「節電したらいいのか」を考えることが大事だ。と話を結ばれた。(広報 平林)

「ボランティア保険」更新手続きのご案内

今年の4月に手続きしていただいた「防災ボランティア保険」は平成23年9月30日で保険期間が切れます。

23年度保険対象期間：平成23年10月1日～24年9月30日

保険料(掛け金)：290円

手続き方法の詳細は8月下旬発送予定です。(本部庶務)

それぞれの夏

今夏の節電対策としてグリーンカーテンに挑戦した。5月に7本のゴーヤの苗を植え、7月中旬によくカーテンらしきものが完成した。下旬にはゴーヤが実り、室内から見る緑は涼しく感じ、節電への貢献とゴーヤ収穫の満足感を味わっている。(誘導)

真夏の思い出といえば、若きOL時代に通勤電車の地下鉄でクーラーを切られたこと。あの辛い満員電車に耐えたことを思えば、今年の節電はまだまだ序の口です。便利な世の中に慣れすぎた私たち、昔を懐かしむのもまた楽しい。(点訳)

雑誌の音訳は基本的に自宅録音という部会員にとって、夏は試練の季節。雑音を避けるため窓は閉じ、エアコン・扇風機も止め…読み終わる頃には汗びしょりです。風物詩の蝉しぐれや初秋の虫の音も本当はご遠慮したい、風流とは程遠い我々の夏なのでした。(録音)

日に日に暑さが増し、すだれをかけて、窓ガラスには遮光フィルムを張って、節電対策! それでも、わんこ2匹のためにエアコンを使わずにはいられず、スイッチを入れる今日このごろです。(拡大)

熱い夏! じっと我慢の夏! いや電力不足にもそれなり対処。この暑さの中でも、通常の活動に備え、英気を養い、そして力を蓄え中。ボランティア活動は体が資本です。(在援)

9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木	本部役員会◎	選定図書週報 週刊現代 (D) 他館
2金	誘・役員会 10:30～ 録・役員会 13:00～ 在援・役員会◎ 触図サークル◎	生活情報誌やまゆり マイ詩集/他館
3土		他館
4日	点訳サークルみなづき 10:30～ パソコンサポート 13:00～	
5月	(休館)	
6火	楽譜点訳サークル◎ 拡写・連絡会、チーフ会 10:00～ 録音相談 13:00～ 企画専門委員会◎	交流誌カエル ジュニアエラ 他館
7水	パソコンサポート 10:00～ 点訳活動窓口 10:30～	週刊現代 (T) /他館
8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 週刊現代 (D)
9金	災害対策専門委員会◎	日経マネー 他館/他館
10土	レッツ! エンジョイスポーツ 10:30～ 録音相談 13:00～ スポーツ介助運営連絡会◎	他館
11日	パソコンサポート 13:00～	
12月	(休館)	
13火	拡写・連絡会、役員会 10:00～ 録音相談 13:00～	他館/ナンバー
14水	パソコンサポート 10:00～ 点窓 10:30～ 点・役員会◎	週刊現代 (T) /他館
15木	団活動検討小委員会 10:30～	選定図書週報 週刊現代 (D) 他館
16金	数学点訳サークル 10:30～	旅行読売/他館
17土	レク・役員会◎ レクリエーション研究会(大池公園) 13:30～	他館
18日	パソコンサポート 13:00～	
19月	(休館)	
20火	楽点サークル◎ 拡写・連絡会、定例会 10:00～ 録音相談 13:00～ 英語点訳サークル◎	ライトセンターだより
21水	点訳指導勉強会◎ パソコンサポート 10:00～ 点窓(触図相談) 13:00～	週刊現代 (T) /他館
22木	録音相談担当者打合せ会◎ 誘導指導者勉強会 10:30～ 幼児教材作製グループ 10:30～ 録音講座担当者勉強会 13:00～ 広報専門委員会◎	選定図書週報 週刊現代 (D) 他館
23金	(秋分の日・休館)	
24土	録音相談 13:00～	小学3年生4年生 他館
25日	パソコンサポート 13:00～	
26月	(休館) 在援・研修親睦会(関内方面) 10:30～	
27火	拡写・むしめがねのつどい 10:00～ 録音相談 13:00～ 拡大写本指導担当者勉強会◎	栄養と料理 おたまじゃくし 他館/ナンバー
28水	点・定例会◎ パソコンサポート 10:00～ 点窓(触図相談) 13:00～	週刊現代 (T) /他館
29木	かけはし編集委員会◎ 録・第3回研修会 13:00～	選定図書週報 週刊現代 (D) 他館
30金	在宅者援助指導者勉強会 10:30～ 事務局連絡会◎	文学界 小学1年生2年生 他館/他館