



日本赤十字社  
Japanese Red Cross Society

# ライトセンター だより

1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)0 0 2 3  
 書 貸 出 045(364)0 0 2 2  
 支 援 課 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](mailto: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

#### 教養講座「サンシンの楽しみ」

沖繩の楽器・サンシン。好評につき、再び講座を実施します。お話と演奏、みんなで歌う時間など、なごみのひとときを一緒に過ごしませんか？講座の後で、サンシンに触れることもできます。

ご参加をお待ちしています。

日時 平成23年1月29日(土)  
午後1時30分～3時30分

会場 ライトセンター視聴覚室  
城間 紀野氏

対象 県内在住・在勤・在学の視覚障害者  
定員 15名(抽選。抽選結果は締切日の翌日以降に電話で連絡します。)

締切 平成23年1月12日(水)  
申込 支援課相談指導係まで

① ☎045(364)0024  
② メール [kunren@kanagawalc.org](mailto:kunren@kanagawalc.org)  
(メールの場合は、氏名及び電話番号を明記してください。)

#### 「ヨガ・ピラティス体験教室」

##### 参加者募集！

ヨガとピラティスを合わせたヨガピラティスは、呼吸法や正しい姿勢、ボディバランスを意識しながら、毎日を健康で快適に過ごせるようきれいな体づくりを目指します。

日時 平成23年2月5日(土)  
10時45分～12時00分

講師 草場 恵理氏  
会場 ライトセンター体育館

対象・定員

県内在住・在勤・在学の視覚障害者  
15名および当センタースポーツ施設  
登録済の晴眼者5名  
運動の出来る服装とタオルを持参し  
持ち物

てください

締切 平成23年1月21日(金)

\*応募者多数の場合は、抽選。結果を締切日翌日に連絡します

申込 支援課スポーツ係まで

① スポーツ受付  
② ☎045(364)0025  
③ メール [sports@kanagawalc.org](mailto:sports@kanagawalc.org)  
\*メールの場合は、ご希望の教室名および氏名(ふりがな)・電話番号を明記してください

#### サウンドテーブルテニス大会

##### 参加者募集

締切間近です(12月28日(火)締切)。まだ申込みのお済みでない方、お急ぎください！  
たくさんの方の参加をお待ちしております。

日時 平成23年1月30日(日)  
午前9時50分～午後4時

(受付は9時30分)

対象 県内在住・在勤・在学の視覚障害者  
定員 42名

種目 男女混合個人戦  
(各予選ブロック内リーグ戦の勝者による決勝トーナメント戦)

試合組合せ  
申込受付時のくじ引きによる抽選  
(電話申込の場合は職員が代行)

競技規則等  
①平成22年度日本視覚障害者卓球連盟競技規則、および本大会申し合わせ事項による

②11点先取3ゲームズマッチとする。

参加費 無料

持ち物 アイマスク・公認ラケット・センター指定規格のゼッケン・安全ピン・室内運動靴

締切 12月28日(火)

申込 支援課スポーツ係まで

- ① スポーツ受付
  - ② ☎045(364)0025
- \*定員になり次第締切

#### 「ライトオンケマ」の案内

～音声解説付DVD映画体験会～

④ 平成23年1月の案内

日時 1月19日(水) 午前10時～12時  
会場 ライトセンター 視聴覚室  
タイトル

「男はつらいよ 寅次郎忘れな草」

概要 “どらや”の人々とケンカして北海道へ旅立った寅次郎。そこで出逢った安キャバレーの歌姫・リリーと意気投合するが…。  
マドンナは浅丘ルリ子さんです。

⑤ 平成23年2月から3月のスケジュール

2月8日(火) 午後1時～3時半

「SABU'Sマぶ」

3月11日(金) 午前10時～12時

「父と暮らせば」

申込 事前申込不要  
問い合わせ先

総務課

☎045(364)0023



# 1 月 行 事 予 定 表

## \*視覚障害者対象

教養講座「サンシンの楽しみ」	第 5	土 曜日	29	日	13:30 ~ 15:30
第16回サウンドテーブルテニス大会	第 5	日 曜日	30	日	9:50 ~ 16:00

## \*視覚障害者・晴眼者対象

水中運動教室	第 1,2,3,4	木 曜日	6,13,20,27	日	14:00 ~ 14:50
金曜水泳教室①	第 1	金 曜日	7	日	14:00 ~ 14:50
金曜水泳教室②	第 3	金 曜日	21	日	14:00 ~ 14:50

## \*晴眼者対象

録音講座（応用）	金 曜日	7,14,21	日	10:00 ~ 12:00
点訳講座（応用）	水 曜日	12,19,26	日	13:30 ~ 15:30
誘導法講座	木 曜日	13,20,27	日	13:30 ~ 15:30

## \*ボランティア対象

蔵書点訳技術者勉強会	木 曜日	20	日	13:30 ~ 15:30
指導技術研究会（録音）	水 曜日	19	日	13:30 ~ 15:30
指導技術研究会（誘導）	金 曜日	14	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	10:00 ~ 14:30
手 芸	第 2	金 曜日	13:00 ~ 16:00
	第 4	水 曜日	
大 正 琴 楽	第 1・3	土 曜日	13:00 ~ 15:00
ハ ー モ ニ	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	
	第 2・4	木 曜日	13:30 ~ 15:00
自 彊 術	第 1・3	水 曜日	10:00 ~ 12:00
社 交 ダ ン ス	第 2・4	土 曜日	13:00 ~ 15:00
水 キ ー	第 2	日 曜日	10:00 ~ 12:00
ス キ ー	第 2・4	火 曜日	13:30 ~ 15:00
ソ フ ト エ ア ロ ビ ク ス	第 3	木 曜日	13:00 ~ 16:00
サ ウ ン ド テ ニ ス	第 4	土 曜日	
	第 1	木 曜日	13:00 ~ 15:00
	第 2	土 曜日	17:00 ~ 19:00
	第 3	日 曜日	10:00 ~ 12:00
フ ォ ー ク ダ ン ス	第 3	火 曜日	9:30 ~ 12:30
マ ラ ソ ン	第 2	土 曜日	9:00 ~ 16:00
	第 3	火 曜日	
ヨ ッ ト	第 2	土 曜日	
	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。

## 報 告

### 技術講習会

## 「らびらびらホン」 個別電話教室」報告

10月21日（木）に視覚障害者対象の「らくらくホン個別電話教室」を行い、8名の参加がありました。

この教室は、個々に身につけた操作を、NTTドコモのスタッフよりマンツーマンで学ぶというものでした。皆さん大変熱心に参加されていました。



## ご来場ありがとうございました！

11月13日（土）に「ライトセンターフェスティバル」を開催し、2,142人という数多くのご参加をいただきました。誠にありがとうございました。

## 休 館 日

- 1月の休館日は次のとおりです。
- 1月 1日（土）～4日（火）
- 10日（月）成人の日
- 11日（火）振替休日
- 17日（月）
- 24日（月）
- 31日（月）
- スポーツ施設点検日  
（利用は午後3時まで）
- 1月28日（金）

（図書館は通常どおり開館いたします。）

## 年末年始の図書館・スポーツ施設の利用については次のとおりです。

### 【図書館】

年内は26日（日）まで。年始は5日（水）からとなります。

### 【スポーツ施設】

年内は26日（日）まで。年始はプールが5日（水）午後1時から、その他のスポーツ施設は午前10時からとなります。

皆さまのご利用をお待ちしております。

### ※行事開催に伴う利用制限

サウンドテーブルテニス大会実施のため、大会当日1月30日（日）と前日の29日（土）は、全スポーツ施設並びに第1・2・3講習室はご利用いただけません。

皆さまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

## 届 け ず と

## 神奈川県視覚障害者援助赤十字 奉仕団からのお知らせ

### ①ワンデイハイイク参加者募集

三浦半島にある横須賀市南部の三浦富士（183m）と武山（200m）を歩きます。歩く距離は約8.4kmです。

日程 平成23年2月19日（土）

コース 長沢駅～三浦富士～砲台山～武山～津久井浜駅

集合 京浜急行線長沢駅 午前10時  
解散 京浜急行線津久井浜駅 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）

申込期間 平成23年1月9日（日）～1月23日（日）

（ワンデイハイイク実行委員会）



# 新たに加わった蔵書の紹介



## 点字図書

書名	著者名	巻数
赤いカンナではじまる	はらだ みずき	4
あれから	矢口 敦子	5
犬のうなじ	野中 ともそ	4
うつくしい人	西 加奈子	3
永遠の「赤毛のアン」ブック	奥田 実紀	7
エキストラ!	吉野 万理子	4
おいしさはここにあり	永田 照喜治	2
おさがしの本は	門井 慶喜	4
鍵は「台湾」にあり!	深田 祐介	3
カルトの島	目黒 条	5
逆転バスカトーレ	仙川 環	4
公園で逢いましょう。	三羽 省吾	4
ごめん	原田 マハ	4
サッカーボーイズ 13 歳	はらだ みずき	4
シネマガール	吉野 万理子	3
食堂かたつむりの料理	小川 糸	1
女中譚	中島 京子	2
深夜客時に鐘が鳴る	朝倉 かすみ	4
セイギのチカラ	上村 佑	5
世界は俺が回してる	なかにし 礼	7
sex	石田 衣良	3
その瞬間	黛 まどか	2
楽しみは	橋 曙寛	1
豆腐のトバ口鯉の面取り	村松 友視	3
ともしびマーケット	朝倉 かすみ	3
なぜ「科学」はウソをつくのかわ	竹内 薫	3
東と西 1	いしい しんじ	5
平日	石田 千	3
ボーダー&レス	藤代 泉	2
ボックス!	百田 尚樹	10
ホルモン焼きの丸かじり	東海林 さだお	3
まっすぐ進め	石持 浅海	4
松本清張傑作選 (5)	松本 清張	6
ミート・ザ・ビート	羽田 圭介	2
無理	奥田 英朗	10
目録	天野 節子	6
憂鬱たち	金原 ひとみ	3
欧亜純白 (ユーラシアホワイト) 1	大沢 在昌	9
欧亜純白 (ユーラシアホワイト) 2	大沢 在昌	9

ルボ資源大陸アフリカ	白戸 圭一	6
------------	-------	---

## 点字絵本

書名	著者名	巻数
太陽をかこう	ブルーノ・ムナーリ	1
ゆっくりくまさん	森 比左志	1

## デジター図書 テープ図書

書名	著者名	D総時間	巻数
胃弱の人のための消化のよい献立と料理 120 品		3:29	-
宇宙を孕む風	片山 恭一	9:18	10
鬼蟻村マジック	二階堂 黎人	11:09	12
寒影	荒崎 一海	7:57	9
月光の刺客	森村 誠一	9:12	-
源氏物語を読み解く 100 問	伊井 春樹	5:12	-
裁判百年史ものがたり	夏樹 静子	11:03	-
十五号車の男	黒羽 英二	12:44	-
正直書評	豊崎 由美	7:05	-
「図説」鉄道のプロフェッショナル		12:14	14
ソニー厚木スピリット	立石 泰則	10:08	11
第二京浜国道と鶴見めがね橋物語	サトウ マコト	10:49	-
立原正秋全集 第 1 巻	立原 正秋	19:50	-
中高年のためのスポーツ医学 Q & A	山崎 元	9:19	-
創られた「東京裁判」	竹内 修司	10:17	-
鶴屋南北の恋	領家 高子	7:38	8
十津川警部あの日、東海道で	西村 京太郎	6:02	-
ナイチンゲール神話と真実	ヒュー・スモール	13:47	-
20 世紀の幽霊たち	ジョー・ヒル	21:20	23
羽の音	大島 真寿美	2:20	-
秘密の取り引き	ローリー・フォスター	6:34	-
ファミリーボートレイト	桜庭 一樹	15:00	16
包丁こわい! 石神秀幸のチョキチョキクッキング	石神 秀幸	2:18	-
誘魔	五条 瑛	12:49	-
横浜歴史と文化	横浜市ふるさと歴史財団	28:29	-
わが愛知床に消えた女	西村 京太郎	6:51	8
私の取材紀行	新田 次郎	7:38	-
私、フラワ-長井鏡「公葬社長」野村浩志と申します	野村 浩志	6:34	-

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。

## (2) ブラインドスキー・ネイチャー 参加者募集

小鳥の声を聞き、ウサギの足跡をたどって雪の林をスキーで散歩しませんか。

日程 平成 23 年 3 月 12 日(土) ~ 14 日(月)  
会場 裏磐梯クロスカントリースキー場  
宿泊 福島県 休暇村裏磐梯  
参加費 0241(32)2421  
集合・解散 3 万円(内予約金 1 万円)

集合 横浜駅西口天理ビル前  
3 月 12 日(土) 午前 7 時 30 分  
解散 3 月 14 日(月) 午後 7 時(予定)  
交通 往復とも貸切バス  
定員 視覚障害者 10 名・晴眼者 20 名  
募集 視覚障害者多数の場合は抽選。抽選結果は 1 月 26 日(水)に連絡します。

## ポラントイアコーナー

### 三十年を振り返って

#### 茅ヶ崎録音奉仕会

昭和五十二年、市社会福祉協議会職員が視覚障害者の為に『声の広報』をという事で、茅ヶ崎録音奉仕会は発足しました。そして今年度から市との「委託」となり、このことは三十二年振りの快挙です。

この三十年年というのは過ぎてしまえば早いものですが、長い長い道程でした。その頃を思い出し、古いアルバムをひもとして見ますと、広報課が撮って下さったのか? 白黒で娘達より若い、頬っぺのふっくらした私が映って居ます。

録音風景を思い出してみますと、一台の録音機とマイクの前に、A 面トップを読む会員から順に並び、自分の番になると靴を

申込期間 平成 23 年 1 月 12 日(水) ~ 1 月 26 日(水)

その他 参加者には追って詳しい資料を送ります。  
(ブラインドスキー実行委員会)

(3) 「あい・あい」ひろば開催のお知らせ  
今年度の「あい・あい」ひろばは、平成 23 年 2 月 27 日(日)に実施します。  
詳細は、次号でお知らせしますので、今から楽しみにお待ちください。  
(「あい・あい」ひろば実行委員会)

#### 申込・問い合わせ先

神奈川県視覚障害者援助赤十字  
奉仕団事務局へ  
045(364)0026

脱いでそーっとマイクの前に行き、読み終わると又、そーっと自分の椅子に座る、という緊張の一日でした。何か不都合があったら次の日も! 二日間を掛けて六〇分テープを作成するという状態でした。  
ある時、年頭挨拶の市長さんの「声の調子が悪い」という事があった、皆で市民文化館の建設工事を見ながら、短歌を作ったりして時間を潰し、声の調子の良くなるのを待って居ました。デジタル化に移行中の現在ではとても考えられない事です。  
七〇歳まであと数年の私としては「録音を退会」と考えながらも、名簿から自分の名前が削除されるのを予想することも寂しい。その日が一日でも遅くなるのを願って、体も頭も若々しく居たいものです。  
(鈴木 波恵)



# ふれ・あい

## フェスティバル 視援奉充美の一日

11月13日に行われたライトセンターフェスティバルには、視援奉から延べ222人が参加しました。各部会やグループでは展示にパフォーマンズに、その力量を遺憾なく発揮しました。その一端を報告します。

点字体験コーナーで、四肢が不自由な娘さんが力を入らない手で一生懸命点字を打とうとします。少し手伝い自分の名前が打ちあがると、うれしそうに笑顔がこぼれました。触図コーナーのお手伝い、「触図ってなあに?」「地図やグラフ、触って分かる図」。緊張して、言葉がなかなか出てこない。うまく伝わったかしら。中腰で行う作業。翌日は軽い腰痛。(点訳)

朝一番、寝ぼけた体にドンと響く小学生の和太鼓から始まり社交ダンス、大正琴、コーラス:とまさに老若男女の生き生きとしたステージの舞台の幕は録音部会の手によって開かれました。司会のアナウンスの美声も勿論私たちです。また毎年人気の録音体験のお手伝いや日頃の活動成果である録音図書・雑誌の紹介等で一日中多くの人と接する事ができました。(録音)

誘導部会は、視覚障害者に街で出会った時に、たくさんの人に手助けをしてもらうため、展示や誘導体験コーナーを設けました。誘導体験をした方100人を超えました。また来所者に対して、行きたい所へ案内するため、受付、料理テント村、クラブの発表が行われている体育館などを担当して、楽しい一日を過ごしていただくお手伝いをしてしました。(誘導)

第 341 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 630 名  
合計 738 名

拡大写本「見えにくさ体験」は、252名のうち小学生の参加が目立ちました。これからの世代を担う人が、少しでも視覚障害を理解してくれたと信じています。

参加者アンケートに、「私の夫が網膜色素変性症なのですが、これからは、夫の気持ちを大事にしていきたい。」「こわい体験でした。声かけが大切と実感しました。」「たくさんさんの感想文がよせられました。(拡大) 子どもは印つけに寄ってくる。同じ大きな缶。「どのようにして区別する?」「一方の缶に輪ゴムをつける。わかっている!」ページをめくったり、戻ったり。自由自在に音声で作られた本を読める機器「プレクストーク」など、実際活動のあれこれを紹介。皆とても興味を示し、視覚障害者に対する考え方に変化が感じられた。(在援)

幼児教材グループでは、布絵本やアンパンマンの福笑い。野菜、魚など、触って具体的にイメージできるよう工夫された作品が並んでいます。デージーグループの「歩み」によると、誕生から10年。着々と蔵書数も増えているとのことです。

パソコングループの部屋は、いつも満員。便利な機能があり、利用者は増えているとか。メールは勿論、インターネットを楽しんだり、サピエ図書館からダウンロードして読書を楽しむなど、可能性は無限大です。グラウンドでは、馬が三頭、次から次へお客を乗せて一周していました。馬の両脇を固めて歩く男性ボランティアの誇らしげな笑顔。(レク部会・スポーツ介助グループ)

## 1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
4	火	(1/1 ~ 4 年始休館)	
5	水		返却作業 / 他館
6	木	本部役員会▲	選定図書週報 週刊現代 (T)
7	金	誘・役員会◎ 録・役員会 13:00 ~ 在援・役員会▲ 触図サークル▲	マイ詩集 週刊現代 (D) 他館 / 他館
8	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▲	生活情報誌やまゆり 交流誌カエル
9	日	パソコンサポート 13:00 ~	
10	月	(成人の日・休館)	
11	火	(振替休館)	
12	水	パソコンサポート 10:00 ~ 点訳活動窓口 10:30 ~ 災害対策専門委員会 11:00 ~ 点・役員会▲ 災対・研修会「三角巾を身につけよう」▲	週刊現代 (T) / ナンバー 他館
13	木	幼児教材作製グループ 10:30 ~ 録音雑誌打合せ会 13:00 ~ 企画専門委員会▲	選定図書週報 他館 週刊現代 (D)
14	金		日経マネー 他館 / 他館
15	土		他館
16	日	点訳サークルみなづき 10:30 ~ パソコンサポート 13:00 ~	
17	月	(休館)	
18	火	拡写・連絡会、チーフ会、役員会 10:00 ~ 楽譜点訳サークル◎ 録音相談 13:00 ~	他館
19	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
20	木	団活動検討小委員会▲ 週刊現代 (D)	選定図書週報 かけはし
21	金	数学点訳サークル 10:30 ~	ステレオサウンド 他館 / 他館
22	土	録音相談 13:00 ~	旅行読売 他館
23	日	パソコンサポート 13:00 ~	
24	月	(休館)	
25	火	拡写・連絡会、定例会 10:00 ~ 録音相談 13:00 ~ 拡大写本指導担当者勉強会▲	ライトセンターだより / ナンバー
26	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 ~	週刊現代 (T) 小学3年生4年生 / 他館
27	木	誘導指導者勉強会 10:30 ~ 幼児教材作製グループ 10:30 ~ 録・第6回研修会 13:00 ~ 広報専門委員会▲ かけはし編集委員会▲	選定図書週報 小学1年生2年生他館 週刊現代 (D)
28	金	在宅者援助指導者勉強会 10:30 ~ 事務局連絡会▲	栄養と料理 おたまじゃくし 他館 / 他館
29	土		ジャーナルニュース 他館
30	日	パソコンサポート勉強会 13:00 ~	
31	月	(休館)	