



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

水の楽しさを体験しませんか？

ライトセンターのプールで身体を動かしてみませんか？
水泳ばかりがプールの楽しみではありません。「泳げない！」
「顔を水につけること自体苦手！」そんなあなたが楽しめる
プログラムを用意しています。また水中は浮力があるため、
日頃運動不足で体重が・・・という方もスイスイ動ける（？）
ので大歓迎です。一緒に楽しみましょう！

日 時：8月11日・18日・25日(全て木曜日)
午前10時～10時45分

※午前10時にプールサイドに集合してください。
対 象：県内在住・在勤・在学の視覚障害者および晴眼者
※小学生以下のお子さんは保護者の付添が必要です。
その他：水泳キャップが必要ですのでご持参ください。

締切せまる！「ミニ水泳記録会」

ライトセンター夏の恒例行事ミニ水泳記録会が、規定距離
が増えてリニューアル。夏の思い出作りに、自己記録に挑戦
してみませんか？皆さんのご参加をお待ちしています。

日 時：8月28日(日)午後1時～4時(受付12時～12時40分)
対 象：県内在住・在勤・在学の視覚障害者及びライトセ
ンタースポーツ施設登録済みの晴眼者
定 員：視覚障害者25名・晴眼者15名
種 目：①規定距離 (12.5m、25m、50m、100m、200m、400m)
②浮き具使用 (12.5m、25m)
③レクリエーション「水中綱引き」

※①について、1人2種目まで申込可能です。但し、同一
泳法による同一距離への申込はご遠慮ください。
※全種目、水中スタートのみ。
※レース組は当日受け付け時に発表します。
持ち物：水着、水泳帽、飲み物（ペットボトルなどふた付
きに限り）、体をふくタオル、くつ袋
※ゴーグルは必要に応じてご持参ください。
※浮き具は貸出可能です。
申 込：支援グループ スポーツ担当
①スポーツ受付 ②電話：045(364)0025

確認事項：距離、泳法、記録会への意気込み、綱引きの参加
不参加、現住所、電話番号、視覚障害の有無など
締 切：8月9日(火)
※申込者多数の場合は抽選。結果は締切日の翌日にご連絡
します。

『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9日(火) 午後1時～3時
タイトル：「崖の上のポニョ」
概 要：崖の上の一軒家に暮らす男の子はある日、家出して
きたさかなの子・ポニョと出会う。それ以来、彼ら
の間に絆が芽生えていくのだが…。第32回日本アカ
デミー賞最優秀アニメーション作品賞ほか受賞。
会 場：ライトセンター視聴覚室

④ サマーシネマのご案内

昨年度、ご好評をいただいたサマーシネマですが、今年度
は電力供給等の状況により、場所を第一講習室に変更し、夏
休みの期間を利用して1回行います。
皆さまお誘い合わせの上、お越し下さい。

日 時：8月27日(土) 午前10時～午後12時30分
タイトル：「ミリオンダラー・ベイビー」
概 要：家族の愛に恵まれない女性ボクサーが孤独な初老のト
レーナーと出会い、葛藤や衝突を重ねながらも互いに
理解を深めていく。第77回アカデミー賞4部門受賞。
会 場：ライトセンター第一講習室
申 込：事前申込不要
問い合わせ先：総務グループ 電話 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 (定員60名)
視覚障害援助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：9月3・4日(土・日)
全4コマ 午前10時～午後3時
対 象：県内在住の16歳以上の方

(2) 各種専門講座
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。

○第2回誘導法講座 (定員20名)
視覚障害者の誘導の方法を学ぶ講座です。
日 時：9月10日～10月22日 毎週土曜日
全7コマ 午前10時～12時

○第2回拡大写本講座 (定員15名)
弱視の人が見やすいように文字を大きく写本する技術を学
ぶ講座です。
日 時：9月9日～12月16日 毎週金曜日
全14コマ 午後1時30分～3時30分
(11月11日は、午前10時～12時)

申込：講座名・住所・氏名(フリガナ)・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 講座担当宛

締切は、8月19日(金) 送信・消印有効。

(なお、いずれの講座も申込多数の場合は抽選となります。)

*詳しくはチラシ・HPをご覧ください。

報 告

●●●「紙芝居おじさん登場！」●●●

5月22日(日)、ボランティアで紙芝居をしている「紙芝居おじさん・としょくん」こと渡辺利雄さんをライトセンターにお迎えました。

これまでも県立平塚盲学校その他で講演なされた経験から、太鼓を鳴らしては絵を入れ替え、どんな絵が出てきたか軽く説明を入れながら話を進めるという、ひとりで何役もこなす奮闘ぶりに、1話終わるごとに客席から大きな拍手がわいていました。

演目は、横浜の民話「猫の踊り場」、有名な「もも太郎」などと進みました。今回集まった大半の人たちにとって紙芝居は初めての経験で、舞台と呼ばれる箱や拍子木を触ってみながらイメージを膨らませていました。

この日は、飛び入りで、ライトセンター利用者の平井義人さんが「折り紙おじさん」となり、オリジナルのペンギンや蝶々の折り方を教えてくださいました。

日曜の昼下がりのひとときを、楽しくゆったりと過ごすことができました。

休 館 日

8月の休館日は次のとおりです。
8月1日(月)・8日(月)・15日(月)・22日(月)・29日(月)
施設整備日(第2水曜日)

8月10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。

プール行事の日

○8月2日(火)～5日(金) キッズ水泳教室のため、

8月19日(金) 親子プール体験教室のため、
午前中プールの1コースのご利用はできません。
2・3・4コースはご利用いただけます。

○8月27日(土)はミニ水泳記録会準備のため、

8月28日(日)はミニ水泳記録会当日のため、
スポーツ施設全ての一般のご利用はできません。

NEWS お知らせ

ひとりで歩きたい方のための案内サービスを始めました

この夏からライトセンターでは、ひとりでライトセンター内を歩きたい方、ひとりで二俣川駅からライトセンターへ通りたい方のサポートを始めました。

ライトセンターが初めての方も、何回か利用したことがあるけれど不安があるという方も、ぜひご利用ください。詳しくは、ライトセンタースタッフまでお問い合わせください。

サポート内容

- ① ホームページにひとり歩きのための情報を掲載。
- ② デイジーCDでひとり歩きのための情報を貸出。
- ③ 点字でひとり歩きのための情報を貸出。
- ④ ライトセンターの触れる地図を所内で貸出。
- ⑤ マンツーマンで館内のひとり歩きを支援。
- ⑥ 専門スタッフが館外のひとり歩きを支援。

ぽすと

Let's エンジョイ・スポーツ!!

スポーツ介助グループでは、楽しくスポーツを楽しめる機会を増やすために、月1回、「エンジョイ・スポーツ」を開催しています。どうぞお気軽にご参加ください。

8月はお休みです。

9月はヨガ・ピラティスです。草場恵理先生を講師にお迎えします。普段使っていない筋肉をしっかりと動かしてみませんか。シェイプアップの技をご一緒に教わりましょう。この日だけは午前中の開催ですので、間違えないようにお願いします。

日 時：9月10日(土) 午前10時30分～12時

場 所：ライトセンター体育館

対 象：県内在住・在勤・在学の視覚障害者およびスポーツ施設登録者(申込は不要です)

※体育館履きを持参し、動きやすい服装で、直接会場へお越しください。

お問合せは奉仕団事務局まで 電話 045(364)0026

ボランティアコーナー

災害時の水源マップ

秦野市点訳赤十字奉仕団

秦野市は大山の麓の盆地という地形にあるため豊富で良質な湧水に恵まれ、全国名水百選にも選出されています。

その水を災害時に生活用水として確保しようと、なでしこ防災ネット(代表・吉田トシ子氏)が市内の中学生・ネットメンバー・郵便局OB達と井戸を所有する方々を訪ね、協力が得られた井戸や湧水の場所108件を示した「もしもの時の災害時協力井戸・湧水マップ」を作成しました。それら資料を活用した取組み・活動に、内閣府からは防災教育優秀賞を、ほかにも県ボランティア活動奨励賞などを頂いたそうです。

昨年末に、この防災マップの点訳依頼が当奉仕団にあり、担当者話し合いながら講演会で使用するリーフレットやパワーポイントの解説などの点訳と、井戸・湧水マップの触図を立体コピーで仕上げました。秦野は水との関わりや意識が極めて高い地域であると思いますが、この地図を見ると井戸が少なくなっている実情が浮かび上がっていました。

3月11日、東日本大地震が起き、誰もが水への畏敬と地域の絆の大切さを改めて痛感しました。10年程前、当団で居住地区別に市内の視覚障害者達のご自宅から避難所まで歩く体験と一緒にしました。災害時、先ず障害者と地域の絆が大切、それを深めるお手伝いを以前の体験の様に何か出来ないかと防災マップを見ながら改めて思いました。

(大江 昌子)

8 月 行事 予定 表

*視覚障害児対象

キッズ水泳教室	第 1 火・水・木・金	曜日 2,3,4,5	日 10:00 ~ 12:00
親子プール体験教室	第 3 金	曜日 19	日 10:00 ~ 12:00

*視覚障害者・晴眼者対象

ミニ水泳記録会	第 4 日	曜日 28	日 12:00 ~ 16:00
---------	-------	-------	-----------------

*晴眼者対象

点訳講座(基礎)	木	曜日 4,11	日 13:30 ~ 15:30
録音講座(基礎)	水	曜日 3	日 10:00 ~ 15:00
録音講座(応用)	水	曜日 24,31	日 10:00 ~ 12:00
第 1 回拡大写本講座	木	曜日 4,11	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。

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 ョ	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 休止中
	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
青森ドロップキッカーズ	森沢 明夫	4
明智光秀	井尻 千男	5
いろあわせ	梶 よう子	4
悦楽王	団 鬼六	3
小樽運河ものがたり	田村 喜子	2
大人の達人	村松 友視	4
思い出コロッケ	諸田 玲子	3
海炭市叙景	佐藤 泰志	5
吉祥寺の朝日奈くん	中田 永一	5
木の音が聞こえますか	池田 まき子	2
強欲資本主義を超えて17歳からのルネサンス	神谷 秀樹	3
コレなに?これアリ?中国人	須藤 みか	3
最後の迫害	結城 了悟	6
作家と猫のものがたり	yom yom 編集部	2
残念な人の思考法	山崎 将志	3
志賀越みち	伊集 院静	8
主よ、永遠の休息を	菅田 哲也	5
新宿夜想曲	村中 豊	4
ストーリー・セラー	有川 浩	4
セカンドウィンド 3	川西 蘭	6
戦争ができなかった日本	山中 恒	4
善人長屋	西條 奈加	5
それなりに生きている	群 ようこ	3
誰も語らなかった防衛産業	桜林 美佐	4
東京アクアリウム	小池 真理子	3
TRIP TRAP	金原 ひとみ	4
トレーディング・アップ 3	キャンディス・ブシュネル	4
ドーン	平野 啓一郎	9
なぜ私だけが苦しむのか	H・S・クシュナー	4
母	姜 尚中	4
ビートルズを知らない子どもたちへ	きたやま おさむ	4
不完全燃焼、ベビーバギー、そして暴力の萌芽について	三砂 ちづる	2
プギウギ	坂東 眞砂子	9
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	3
僕の明日を照らして	瀬尾 まいこ	3
真昼なのに昏い部屋	江國 香織	3
魔法使いクラブ	青山 七恵	5
向田邦子全集 10	向田 邦子	4
勇気の季節	ロバート・B・パーカー	4
妖談	車谷 長吉	3
私のこと、好きだった?	林 真理子	5

点 字 絵 本

書 名	著 者 名	巻数
えのすきなねこさん	にしまき かやこ	1

デ ィ ー ジ ー 図 書 テ ー プ 図 書

書 名	著 者 名	D 総時間	巻数
ありふれた不倫だったのに	山崎 洋子	8:20	—
あんじゅう	宮部 みゆき	17:41	—
生き残る技術	小西 浩文	5:16	—
生きる技術は名作に学べ	伊藤 聡	5:24	—
いっさい夢にごご候	角田 房子	14:22	—
愛しの猫プリン	小手鞠 るい	5:54	—
いま、こころを育むとは	山折 哲雄	5:30	—
WE LOVEジジイ	桂 望実	7:40	8
害虫の誕生	瀬戸口 明久	6:50	—
去年はいい年になるだろう	山本 弘	14:21	—
月華の銀橋	高任 和夫	12:13	—
孤高の剣風	城 駿一郎	5:33	—
残夢整理	多田 富雄	6:21	—
酒中日記	坪内 祐三	7:44	—
新フォーチュン・クエスト 15	深沢 美潮	6:57	8
創造の法	大川 隆法	4:16	—
立原正秋全集 第8巻	立原 正秋	13:36	—
翼をください	原田 マハ	16:38	—
天地明察	沖方 丁	13:57	—
なくしたもののたちの国	角田 光代	4:36	—
なぜあの人は人望を集めるのか	近藤 勝重	3:40	—
日本語はじびない	金谷 武洋	5:02	—
猫の目散歩	浅生 ハルミン	3:31	—
半魔	黒武 洋	16:26	18
人、中年に到る	四方田 犬彦	8:18	—
ひろさちやの突って死ぬヒント	ひろ さちや	3:45	—
再びの海	澤田 ふじ子	9:22	—
ふたつの名前	松村 比呂美	6:03	—
密約	吉田 敏浩	12:37	—
「夜のオンナ」の経済白書	門倉 貴史	5:47	—
「落語」昭和の名人完結編 1		1:32	—
霊道紀行	辛酸 なめ子	5:24	—
和田伝	厚木市立中央図書館	7:08	—

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 348 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 111 名 女 612 名
合計 723 名

3.11 その時、わたしは・・・

各部会員から寄せられた声です

当日は在援勉強会で 2 階の講習室にいました。帰宅者の混雑が一段落すると、センター職員は在館者の確認、帰宅不能者への対応と、次々に事を進め、夕食や温かい飲み物、夜のライトシネマ上映、そして寢室、寝具の用意。在館中の利用者はともかく、我々も同様の提供を受け恐縮しました。3 月とは思えぬ寒夜の中、暖かい笑顔で援助して下さいたことに頭が下がりました。心から感謝申し上げます。

相鉄運転再開の館内放送で退館の手続きをし、深夜 0 時 15 分帰宅できました。(伊藤)

ひとが群れるというけれど、新横浜駅のこれほどの人混みは想像を絶する。1 時間も並んで電話をくれた小澤さんとどうしても会えない。東京で地震に遭遇してからこの駅まで辿り着くのに 6 時間もかかったという彼女をなんとかしなければ。いらししながら家に戻って携帯にかけたらなんと奇跡的に通じた。「どこにいるの?!」新幹線で到着した彼女を私は地下鉄駅にいると勘違いしたのだ。夢中で駅のコンコースへとって返し、人を押し分けて小澤さんを見つけたとき・・・

思わず飛びついた私の気持ちを彼女が本当に理解したのは、翌日帰宅してテレビで惨状を見てからだったようだ。(福田)

東日本大震災義援金
第 5 回分 75,046 円 日本赤十字社に振込みました。

東日本大震災を体験して思ったこと

- ★電車が止まり家に帰る手段のなくなった人が大勢います。普段歩かないので、帰宅するため長時間歩いて筋肉痛を起こしました。足にマメができるくらいは覚悟していましたが、極限に達すると手足が冷たくなり、体が震えてきました。普段から歩きやすい靴とか保温用のグッズとかを備えておくといいですね。
- ★避難は、徒歩が基本です。崩れやすい建物や塀のそばを通らない、川の近くを歩かないなど気をつけて・・・。
- ★自動車の人は路肩に車を寄せて、エンジンを切りキーをつけた状態で車から離れるっていうのが原則ですが・・・車での避難は避けたほうがいいですね。
- ★私は水道が出なくなった場合を考えてぬれティッシュも必ず携帯するようにしました。
- ★ウエストポーチの中には、ペンライト、ストッキング、レスキューシート、笛などが入っています。
- ★「自分」を証明するもの。名前や住所、連絡先、血液型などのほかに、かかりつけの病院名。自分が飲んでいる薬のリストを書いたものも必要です。
- ★停電に備えて、電池やローソクなどの保管場所を確かめておくことも大切です。
- ★震災後、浴槽に水を張っておくこと、トイレ用としてバケツ一杯の水を用意しておくことを心掛けるようにしました。
- ★災害時伝言ダイヤルを機会あるごとに練習しておきたいですね。

8 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 ~ 録音相談 13:00 ~ 企画専門委員会▲	中医臨床 他館 / ナンバー
3 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
4 木	本部役員会▲ かけはし編集委員会▲	選定図書週報 週刊現代 (D) 他館
5 金	誘・役員会 10:30 ~ 災害対策専門委員会 13:00 ~ 録・役員会 13:00 ~ 在援・役員会▲	生活情報誌やまゆり 他館 / 他館
6 土	スポーツ介助運営連絡会◎	他館
7 日	点訳サークルみなづき 10:30 ~ 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 ~	ジュニアエラ 交流誌カエル 他館
10 水	パソコンサポート 10:00 ~	週刊現代 (T) / 他館
11 木	録音雑誌打合せ会 13:00 ~	選定図書週報 週刊現代 (D) 他館
12 金		日経マネー / 他館
13 土	録音相談 13:00 ~	他館
14 日		
15 月	(休館)	
16 火	拡写・連絡会、定例会 10:00 ~ 録音相談 13:00 ~	他館 / ナンバー
17 水		週刊現代 (T) / 他館
18 木		選定図書週報 週刊現代 (D) 他館
19 金		旅行読売 / 他館
20 土	レク・役員会◎	他館
21 日	パソコンサポート 13:00 ~	
22 月	(休館)	
23 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▲ 企画専門委員会▲	ライトセンターだより
24 水	パソコンサポート 10:00 ~	週刊現代 (T) / 他館
25 木	録音相談担当者打合せ会◎ 録音講座担当者勉強会 13:00 ~ 広報専門委員会▲ かけはし編集委員会▲	選定図書週報 週刊現代 (D) 他館
26 金	事務局連絡会▲	栄養と料理 小学 3 年生 4 年生 他館 / 他館
27 土	録音相談 13:00 ~	小学 1 年生 2 年生 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 ~	文学界 おたまじゃくし 他館 / ナンバー
31 水	パソコンサポート定例会・勉強会 10:00 ~ 点窓 (触図相談) 10:30 ~ 視覚障害者点字指導勉強会▲	週刊現代 (T) / 他館