

 日本赤十字社 Japanese Red Cross Society	ライトセンター だより 2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。

利用者満足度調査の実施について

今年も、サービス向上・改善のために、利用者皆さまの声をお聞きする「利用者満足度調査」を実施いたします。

この調査は、指定管理者制度による「神奈川県ライトセンターの管理に関する基本協定書」の中に、サービス水準の向上を目的として毎年 1 回行うことが明記されているものです。

大変お手数をおかけしますが、ご協力くださいますようお願いいたします。

調査期間：2月1日(水)～29日(水)

調査方法：①ライトセンター1階用具コーナー・スポーツ受付に調査用紙を設置
②電話による聞き取り調査
③職員による直接の聞き取り調査

参加者募集

「スポーツフィットネス相談」始めます！

ライトセンターでは運動を通じてあなたの健康づくりを応援するために、2月1日(水)から新たにスポーツフィットネス相談を始めます。

「運動を始めたいけれど、どういう運動をしたらよいのだろう」「最近ちょっと体重が気になる」といったようなことに応じて、専門の研修を受けた職員があなたに合った運動をご紹介します。

まずはお電話でお気軽にお問い合わせください。

内 容：(1) 運動を通じた健康づくり相談・指導
(2) 相談内容に応じた、ライトセンターでできる運動メニューの紹介
(3) 運動時の介助ボランティアの紹介など

※機能回復訓練、競技技術の向上についてのご相談はお受けできません。

日 時：事前予約制、1回60分以内（都合によりご希望日時に沿えないことがあります。予めご了承ください。）

会 場：ライトセンター相談室 ほか

対 象：県内在住・在勤・在学の視覚障害者で、運動を通じた健康づくりをご希望の方

申 込：支援グループ スポーツ担当
電 話 045(364)0025



「スティックボール体験教室」参加者募集

今回の体験教室では、東京の視覚障害者の間で盛り上がっているスティックボールを紹介します。スティックボールはスティックで鈴入りバレーボールを打ち、7m先にある10本のピンを倒して得点を競う、ボウリングとゲートボールを掛け合わせて視覚障害者用に考案されたニュースポーツです。

どなたでも手軽に楽しめます。皆さまのご参加をお待ちしています。

日 時：2月26日(日) 午後1時30分～3時

会 場：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登録済みの晴眼者

定 員：なし

持ち物：体育館履き、動きやすい服装

締 切：2月17日(金)

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

③メール sports@kanagawalc.org

「フリークライミング教室」参加者募集

フリークライミングとは、垂直に切り立った壁を人工的に作られた突起物を頼りに頂点を目指すスポーツで、力ではなく、バランス感覚が大事と言われています。

晴眼者と同じルールで楽しめるフリークライミングが、視覚に障害のある方々の間で今とても注目をされています。一見難しそうに感じるフリークライミングですが、自分のペースで課題に向き合えるため、お子さんから高齢の方まで共に楽しめるスポーツです。

この機会にぜひ体験してみてください。

日 時：3月3日(土) 午後1時～4時

会 場：ライトセンター 体育館

対 象：県内在住・在勤・在学の小学生（概ね高学年）以上の視覚障害者

定 員：20人（高校生以下の参加は保護者の同伴が必要です。保護者の人数は定員に含みません）

参加費：無料

※ただし、参加にあたり「クライミングシューズ」が必要です。お持ちでない方は当日貸出が可能です。必要な方は申込時に靴のサイズをお伝えください。（実費で500円程度を予定）

服 装：スポーツウェア等、動きやすい服装をご用意ください。
申込期間等：1 月 25 日(水)から 2 月 17 日(金)まで。申込多数の場合は抽選。結果は 2 月 21 日(火)以降に電話もしくはメールでご連絡します。

申込方法：①スポーツ受付 ②電話 ③メール ④FAX
③④で申込の場合は、「フリーライミング」とご記入の上、氏名/同伴者名(フリガナ)・住所・年齢・日中に連絡のつく電話番号を記載してください。

申込先：電 話 045(364)0025

FAX 045(364)0027

メール sports@kanagawalc.org

『ライトシネマ』のご案内 音声解説付 DVD映画体験会

2 月のご案内

日 時：2 月 15 日(水) 午後 1 時～3 時 30 分

会 場：ライトセンター 2 F 視聴覚室

作品名：「Always 続・三丁目の夕日」(2007 年公開)

概 要：昭和 34 年の東京。黙って去った飲み屋のおかみを思いながら少年と暮らす駄菓子屋の店主のもとに、少年の実父が少年を連れ戻しに来る。第 31 回日本アカデミー賞主演男優賞ほか受賞。

監 督：山崎 貴

主 演：吉岡 秀隆・堤 真一・小雪・薬師丸 ひろ子

申 込：不要

問合せ：総務グループ 045(364)0023

第 6 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：3 月 2 日～3 月 23 日 毎週金曜日 全 4 コマ
午後 1 時 30 分～3 時 30 分

会 場：ライトセンター

対 象：県内在住の 16 歳以上の方

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 FAX：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

締 切：2 月 17 日(金)送信・消印有効。

* 詳しくはチラシ・HP をご覧ください。

NEWS お知らせ

休 館 日

2 月の休館日は次のとおりです。

2 月 6 日(月)・11 日(土)建国記念の日・13 日(月)・20 日(月)・27 日(月)

施設整備日(第 2 水曜日)

2 月 8 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。

※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 29 日(日)と前日の 28 日(土)は、全スポーツ施設並びに第 1・2・3 講習室はご利用頂けません。

皆さまのご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



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、楽しくスポーツに親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。

2 月は好評につき今年度第 2 回目のヨガ・ピラティスです。草場恵理先生にご指導いただきます。いつも眠っている筋肉を目覚めさせてみませんか。午前の開催ですでお間違いなくお越しください。3 月はグランドゴルフです。晴れたらグランドで気持ちよく球を打ちましょう。

日 時：2 月 4 日(土) 午前 10 時 30 分～12 時

3 月 3 日(土) 午後 1 時 30 分～3 時

場 所：ライトセンター体育館。ただし 3 月は天候により決定しますので当日スポーツ受付でご確認ください。

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、お越しください。

お問い合わ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

視覚障害者とボランティアの交流会

綾瀬市録音赤十字奉仕団

私たちの会では 15 年前に赤十字奉仕団に入ったことをきっかけに、14 年前からボランティアの方で企画する視覚障害者との交流会を始めました。第 1 回は新しくなった市庁舎の見学と点訳・誘導ボランティア、社協・福祉課職員等を招いて懇談会を行いました。呼びかけ方法は、広報テープを送っている方に直接お電話する形でした。

その後、みかん狩りや防災センター見学等続け、去年はライトセンターの「ライトシネマ(トラさん映画会)」でした。

回を重ねるにつれ、高齢化もあり視覚障害者の参加が減ってきました。今年は録音だけではなく、他ボランティア(点訳・誘導・拡大)と一緒に、プロのレクリエーション指導員に来ていただき、ことばあそび(朗読劇)も取り入れた企画でのぞみました。障害福祉課から 160 名以上の方にお知らせのお手紙を出しましたが、出席者は 9 名でした。当日は各ボランティア含め 34 名の参加で、笑い声の絶えない楽しい交流会だったので、参加者が少なかったことを残念に思いました。

視覚障害者の年齢幅もあるなか、同一テーマでの交流会は難しいのですが、お互い直接会える交流会は得るものが多いと思います。今後より多くの方に参加してもらえるように、企画内容や呼びかけの方法を工夫していきたいと思います。

2 月 行 事 予 定 表

*視覚障害者・晴眼者対象

水中運動教室	第 1,2,3,4	木 曜日	2,9,16,23	日	13:50～14:50
金曜水泳教室①	第 1	金 曜日	3	日	13:50～14:50
火曜水泳教室	第 2	火 曜日	14	日	13:50～14:50
金曜水泳教室②	第 3	金 曜日	17	日	13:50～14:50
スティックボール体験教室	第 4	日 曜日	26	日	13:30～15:00

*晴眼者対象

点訳講座（応用）	木 曜日	2,9,23	日	13:30～15:30
誘導法講座	金 曜日	3,10,17,24	日	13:30～15:30
スポーツ&レクリエーション ボランティア講座	土 曜日	4,18,25	日	10:00～15:00

*ボランティア対象

点訳勉強会	木 曜日	9	日	13:30～15:30
指導技術研究会（誘導）	金 曜日	10	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 ョ	第 3	日 曜日	13:00～16:00
茶 道	第 1・3	水 曜日	9:30～16:00
詩 吟	第 1・2・3	金 曜日	13:00～15:00
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
バ 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 をお願いします。

点 字 図 書

書 名	著 者 名	巻数
池波正太郎に届ける「おせち」	近藤 文夫	2
イルカを食べちゃダメですか？	関口 雄祐	3
海に沿って歩く	森 まゆみ	4
海の底の考古学	井上 たかひこ	3
お台場アイランドベイビー	伊与原 新	9
飽心理学	中山 和彦	2
カルテット 4	大沢 在昌	3
起業は山間から	森 まゆみ	3
虚国	香納 諒一	7
国を破りて山河あり	藤田 恵	3
黒い山	レックス・スタウト	5
恋する空港	新野 剛志	6
木暮荘物語	三浦 しをん	4
コロヨシ！	三崎 亜記	8
サキモノ！	斎樹 真琴	6
作家の値段	出久根 達郎	6
醜聞の作法	佐藤 亜紀	3
祝福	長嶋 有	3
女子の魂！	蝶々	4
好き、だった。	有川 浩	2
世界はまわり舞台	半藤 一利	4
戦艦北に果つ	甲斐原 康	3
田中小実昌	岡庭 昇	3
卵をめぐる祖父の戦争	デイヴィッド・ベニオフ	7
たんぼぼの日々	俵 万智	2
チーズと塩と豆と	角田 光代	2
ちゃんちゃら	朝井 まかて	5
ナマコ	椎名 誠	3
ナマズの幸運。	川上 弘美	2
並木印象	石田 千	3
南米チリをサク輸出大国に変えた日本人たち	細野 昭雄	4
ヌレ手にアフ	藤谷 治	4
のけ者	エマニュエル・ボーヴ	6
「また会いたい」と思われる人の38のルール	吉原 珠央	3
港町ヨコハマ異人館の秘密	山崎 洋子	4
向田邦子シナリオ集 2	向田 邦子	6
やっちゃん、やっちゃん！	坂東 眞砂子	6
容疑者ケインズ	小島 寛之	2
預言	ダニエル・キイス	8
冷戦終焉20年	塩川 伸明	5
私は無実です	今西 憲之	4

デ イ ジ ー 図 書

書 名	著 者 名	D総時間
朝青龍との3000日戦争	横野 レイコ	7:51
江戸っ子はなぜ背越しの銭を持たないのか？	田中 優子	5:53
冤罪の軌跡	井上 安正	5:32
横断	ディック・フランシス	15:11
おかあさんデザートに本読んで	山崎 翠	4:46
かたちだけの愛	平野 啓一郎	10:57
橋花抄	葉室 麟	11:07
きみと澄むこと	唯野 未歩子	6:33
現代霊性論	内田 樹	8:29
殺す手紙	ポール・アルテ	6:37
すき焼き通	向笠 千恵子	7:29
素浪人心得	高橋 三千綱	11:55
その人の想い出	吉村 昭	4:55
大地震発生！生き残るための77の教え	ニッポン放送地震取材班	4:38
立原正秋全集 第14巻	立原 正秋	14:05
チームあかり	吉野 万理子	4:35
チームひとり	吉野 万理子	4:36
TVコマーシャルと洋楽コマソン40年史	かまち 潤	9:26
ニッポントイレ讃歌	豊田 幸治	3:19
人間小唄	町田 康	6:46
残火	西村 健	11:15
初恋よ、さよならのキスをしよう	樋口 有介	8:12
ヒー・イズ・レジェンド	クリストファー・コンロン	11:54
ヒックとドラゴン 3	ヒック・ホレンドス・ハドック三世	5:09
ヒックとドラゴン 4	ヒック・ホレンドス・ハドック三世	4:48
ヒトの進化七〇〇万年史	河合 信和	10:09
魔女のスープ	阿川 佐和子	4:51
横浜本		6:48
「落語」昭和の名人完結編 11		1:33
「落語」昭和の名人完結編 12		1:33
琉璃玉の耳輪	尾崎 翠	11:24
魯迅文集 第4巻	魯迅	14:29

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の略です。

ふれ・あい 第 354 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 124 名 女 627 名
合計 751 名

レクリエーション部会2011年を振り返って

レク部会の活動はほとんどが屋外です。

2011年の活動を一言で表現するならば、自然の脅威を感じひと休みをした一年でした。

◎ 3月12日～14日ネイチャースキー：「福島県裏磐梯高原」

3・11東北大震災のため急遽中止。毎年楽しみにしていた雪と戯れ遊ぶことができませんでしたが、地震・津波・原発による災難からのいち早い復興を支援したいと思います。

◎ 6月11日～12日カヌー&キャンプ：「山北町丹沢湖」

梅雨前線のため大雨・洪水注意報が出てしまい中止。カヌーは小雨でも楽しめるレクですが、注意報が出て風がある場合は仕方ありません。

◎ 10月15日ワンディハイク：「日向山から日向薬師」

発達した低気圧の通過で、大雨・洪水・雷注意報が出て中止。3度目の中止でとてもがっかりです。夢の中で爽やかな秋晴れの日にワンディハイクを楽しむこととしました。

◎ 9月17日レクリエーション研究会：タンデムウォーク「旭区大池公園」

その日の午前中までは実施の準備をしていましたが、ボランティア室にてインターネット気象情報により中止を決定しました。結果は台風16号の間接的な影響で南風が強く、短時間の雨が旭区付近で降りました。インターネットでの情報がとても便利な世の中になりました。

今後もレク種目の開拓と継続のため頑張りますので、どうかご支援の程よろしく願いいたします。

やったー 見事優勝!! 昨年に続き快挙

15回赤十字救急法競技会

12月24日(土)に横浜体育館で、赤十字救急法競技会が59チームの参加で行なわれました。『あいあい1』は壮年総合の部で1位に輝き、参加者一同手を取り合って大喜びしました。三角巾リレーに参加した『あいあい2』は残念ながら入賞を逃しました。

見直そう「使用済み切手・書き損じはがき」パワー

♡ 書き損じのはがきや使用済み切手などは、収集家の協力で換金され、カンボジア、バングラデシュ、ネパール、パキスタン、タンザニアの5カ国に、保険医療従事者を派遣する活動資金の一部となります。

2010年度は1,100万円を事業資金として役立てたそうです。

♣ ヘーそうなんですか。まさに「捨てればごみ、生かせば宝」ですね。どのようにして、どこに出せばいいんですか？

♡ 切手は、周囲を5ミリ位の余白を残して切り取ってね。「日本の切手」と「外国の切手」は分けてください。書き損じのはがきはより有効なんですよ。

ボランティア室の片隅に収集箱があるので、そこに入れてくださいね。

「NHK海外たすけあい」にご協力ありがとうございました

平成23年12月22日に15,000円、振込みました。

東日本大震災義援金は平成24年3月28日まで受け付けます。引き続きご協力お願いいたします。

2月の活動・行事予定表

⑤ 10:00～12:00 ⑥ 13:30～15:30

作業欄：(D) デイジーのみ (T) テープのみ /の後は午後作業

日曜	会 議 ・ 会 合 等	作 業
1 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
2 木	本部役員会⑤ かけはし編集委員会⑤	選定図書週報 週刊現代 (D) 他館
3 金	誘・役員会 10:30～ 録・役員会 13:00～ 在援・役員会⑤ 触図サークル⑤	中医臨床 他館/他館
4 土	レッツ! エンジョイスポーツ⑤ スポーツ介助運営連絡会⑤	交流誌カエル 生活情報誌やまゆり
5 日	点訳サークルみなづき 10:30～ パソコンサポート 13:00～	
6 月	(休館)	
7 火	楽譜点訳サークル⑤ 拡写・連絡会、チーフ会 10:00～ 録音相談 13:00～ 企画専門委員会⑤	ジュニアエラ 他館/ナンバー
8 水	パソコンサポート 10:00～ 点窓 10:30～ 点・役員会⑤	週刊現代 (T) /他館
9 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 週刊現代 (D) 他館
10 金	災害対策専門委員会⑤	日経マネー/他館
11 土	(建国記念日・休館) ワンディハイク (日向山～日向薬師方面)	
12 日	パソコンサポート 13:00～	
13 月	(休館)	
14 火	拡写・連絡会、役員会 10:00～ 録音相談 13:00～	他館
15 水	点訳指導勉強会⑤ パソコンサポート 10:00～ 団員研修会 13:00～ 点窓 (触図相談) 13:00～	週刊現代 (T) /他館
16 木	デイジーグループ運営打合せ会⑤ 団活動検討小委員会⑤ 点訳校正勉強会⑤	選定図書週報 週刊現代 (D) 他館
17 金	数学点訳サークル 10:30～	他館/他館
18 土	レク・役員会⑤	他館
19 日	パソコンサポート 13:00～	
20 月	(休館)	
21 火	楽点サークル⑤ 拡写・連絡会、定例会 10:00～ 録音相談 13:00～ 英語点訳サークル⑤	ライトセンターだより/ナンバー
22 水	点・定例会⑤ パソコンサポート 10:00～ 点窓 (触図相談) 13:00～	週刊現代 (T) 小学3年生4年生/他館
23 木	録音相談担当者打合せ会⑤ 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⑤ かけはし編集委員会⑤	選定図書週報 週刊現代 (D) 他館
24 金	事務局連絡会⑤	小学1年生2年生 他館/他館
25 土	録音相談 13:00～	旅行読売 おたまじゃくし 他館
26 日	パソコンサポート 13:00～	
27 月	(休館)	
28 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⑤	栄養と料理
29 水	パソコンサポート定例会、勉強会 10:00～ 点窓 10:30～ 視覚障害者点字指導勉強会⑤	週刊現代 (T) 文学界/他館