

 <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)0023</p> <p>図 書 貸 出 045(364)0022</p> <p>机 関・ボランティア活動 045(364)0024</p> <p>ス ポー ツ 受 付 045(364)0025</p> <p>ボランティア室 045(364)0026</p> <p>FAX 代 表 045(364)0027</p> <p>【HP】 http://www.kanagawalc.org</p> <p>【E-mail】 mail@kanagawalc.org</p>
		<p>12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

平成28年度サウンドテーブルテニス大会参加者募集

男女混合個人トーナメント戦で行います。「本戦」の初戦敗退者は「敢闘賞争奪戦」を行います。

日 時：平成29年1月29日(日)
午前8時45分～午後4時
(受付午前8時45分～9時5分)

対 象：県内在住、在勤、在学の視覚障害者
会 場：体育館・第1講習室・第3講習室で行います。
定 員：48名

試合組合せ：組合せは参加決定後、くじ引きとし、引いた番号を基に決定します。

競技規則等：①平成23年度日本視覚障害者卓球連盟競技規則、及び本大会申し合せ事項に準ずる。

②11点先取3ゲームマッチとする。

参加費：無料

持ち物：アイマスク、公認ラケット、ゼッケン、安全ピン、室内運動靴、昼食

申込期間：11月22日(火)～12月9日(金)
定員を超えた場合は抽選とし、12月16日(金)までに、申込者全員に電話で連絡します。

申 込：氏名、連絡先を直接スポーツ受付又は電話でお申込みください。

電話 スポーツ受付 045(364)0025

技術講習会「第3回会食チャレンジ講座」

会食は苦手だと感じている視覚障害者向けに、意見交換しながら食べ方を練習する講座です。

3回目は「フォークの使い方」をポイントに、パスタとケーキに挑戦します。お申し込みお待ちしております。

日 時：12月21日(水)、22日(木)
午後1時30分～3時(いずれか1回)

会 場：2階 多目的室2

講 師：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3名程度(申込み多数の場合は抽選し、12月7日以降に電話で連絡します。)

費 用：500円程度(実費)

締 切：12月6日(火) 午後5時

申 込：支援課 ①電 話：045(364)0024

②メール：kunen@kanagawalc.org

氏名、電話番号、視覚障害の程度、参加希望日を明記してください。

備 考：講座中に調理はしません。

軽めの昼食を済ませて来てください。

「キッズおもちつき&クリスマス会」

視覚障害児向けのおもちつきとクリスマス会を、今年は二部構成で開催します。幼児指導教室を卒業して大学生や社会人になったお兄さんお姉さんも遊びに来てくれます。みんなでワイワイ盛り上がりましょう。

日 時：12月11日(日)

①おもちつき、昼食会：午前10時30分～正午

②クリスマス会：正午～午後1時30分

※どちらかみの参加も可。

会 場：①駐車場、第3講習室A B

②視聴覚室

対 象：県内在住・在学中で中学生以下の視覚障害児と家族

参加費：①1家族350円程度 ②1家族350円程度

定 員：①10家族 ②20家族

(申し込み多数の場合は抽選し、12月9日(金)以降に電話で連絡します)

締 切：12月8日(木) 午後5時

申 込：支援課 電 話：045(364)0024

メール：kunen@kanagawalc.org

お子さんの氏名、電話番号、年齢、視覚障害の程度、参加人数を明記してください。

「サウンドテーブルテニス入門・初級教室」

サウンドテーブルテニス(STT)を始めてみたい、経験者だけどルールがよく分からず困っている、といったみなさんのための入門・初級教室を開催します。運動しやすいこの季節、体を動かすきっかけにいかがですか。

日 時：12月11日(日)

(前半)午前10時～正午 (後半)午後1時～3時

※前半は初心者を対象とした入門編を、後半は経験者(試合に出たい方、ルールをきちんと覚えたい方)を対象とした初級編を行う予定です。

会 場：多目的室1

講 師：神奈川県サウンドテーブルテニス協会

木村久美氏

対 象：県内在住・在勤・在学の視覚障害者と同伴者

(同伴者は1名まで一緒に参加可能)

定員：前半・後半ともに10名程度
 (定員に達していなければ前・後半通して参加可能)
 申込：11/22(火)～12/1(木)
 スポーツ受付へ直接、または電話にて申込み
 電話：045(364)0025
 ※申込み多数の場合は抽選し、結果を12月2日(金)
 以降に全員に電話連絡いたします。

『ライトシネマ』のご案内 音声解説付 DVD映画体験会

🕒12月のご案内

日時：12月21日(水) 午後1時～3時15分
 会場：2階 視聴覚室
 作品：「おくりびと」
 概要：ひよんなことから遺体を棺に納める「納棺師」となった主人公が、次第にその儀式に大きな意義を見出していく姿と、故人を見送る際の様々な人間ドラマを描き出す。第81回アカデミー賞外国語映画賞ほか受賞。
 監督：滝田洋二郎
 出演：本木雅弘、広末涼子、山崎努、余貴美子ほか
 申込：不要
 問合せ：総務課 045(364)0023

報 告

神奈川県知事表彰おめでとうございます

去る10月5日、神奈川県立青少年センターで開催された第65回神奈川県社会福祉大会において神奈川県視覚障害援助赤十字奉仕団点訳部会所属の金子朋子さんが、長年の活動に対して、平成28年度神奈川県社会福祉関係者等知事表彰を受賞されました。おめでとうございます。

NEWS お知らせ

プール利用停止のお知らせ

12月28日(水)から平成29年2月28日(火)の予定で、プールの水入替作業と県によるプール槽の塗装追加・補修工事を行うことになりました。工事に伴い、期間中、プールは利用できません。

ご不便をお掛けし、誠に申し訳ありませんが、ご理解・ご協力くださいますようお願いいたします。

本館棟外壁工事について

県の庁舎長寿命計画により、平成29年3月末まで本館棟外壁工事が行われています。

本館棟すべてに足場を組み劣化箇所の修繕と塗装を行います。工事に伴い、「音」や「臭い」が発生することがありますので、ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力くださいますようお願いいたします。

なお、工事期間中は、安全上、窓を開けることは避けるよう指示がありますので重ねてお願いいたします。

休 館 日

12月の休館日は次のとおりです。
 5日(月)・12日(月)・19日(月)・23日(金)天皇誕生日・26日(月)・29日(木)～1月3日(火)年末年始
 次の日は利用できません。
 ◆施設整備日(図書館・スポーツ施設・用具コーナー)
 12月14日(水)
 ◆フリークライミング
 4日(日)・10日(土)の終日
 ◆プール
 ・毎週日曜日は終日「プールファミリー&フレンドデー」のため1コースはご家族・ご友人連れの方が優先になります。但し、空いている場合は、その他の方もご利用いただけます。
 ・教室開催に伴い以下のコースが貸切りになります。
 <1コース貸切り>
 1日(木)・9日(金)・15日(木)の
 午前10時50分～11時50分
 <1・2コース貸切り>
 13日(火)午後1時50分～2時50分
 ※上記以外にもプールの一部のコースやフリークライミングが利用できない場合があります。お問い合わせはスポーツ受付まで(電話045-364-0025)。

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。

12月はガラッキーです。チームに分かれ、ダーマと呼ばれる円錐形のボールを前方のサークルに投げ入れ、相手のダーマを多く囲った方が勝者になります。転んでは起きるダーマ。そのユニークな動きに目が離せません。ダーマの不思議な感覚を一度、味わってみませんか？

日時：12月3日(土) 午後1時30分～3時

会場：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、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

第3回視覚リハ体験会のお知らせ

七沢自立支援ホームでは、視覚に障害をお持ちの方に、障害者総合支援法にもとづく入所・通所・訪問での総合的な支援の中で、視覚リハ訓練(機能訓練)を実施しています。

今年度も下記の日程で歩行・感覚・点字・パソコン・日常

生活訓練などの体験会を計画したので、参加される障害当事者の方を募集します。実際の体験を通じて、その内容や効果、利用方法などについて確認していただき、今後の生活の参考にしていただければと思います。多くの方のご参加をお待ちしています。

日 時：12月10日(土) 午前9時～午後12時20分
 会 場：神奈川県総合リハビリセンター七沢自立支援ホーム
 厚木市七沢516
 対 象：15歳以上の視覚に障害をお持ちの方、
 支援者およびご家族
 参加費：無料
 募 集：5名
 申込・問合せ：七沢自立支援ホーム 担当：加藤・佐藤
 電話・FAX 046(249)2337
 メール njshien2f@kanagawa-rehab.or.jp

盲導犬体験会のご案内

日本盲導犬協会は、盲導犬を育成し、視覚に障害をお持ちの方に盲導犬を無償で貸与することで、自立と社会参加を促進することを目的とした公益財団法人です。盲導犬のことを正しく知っていただき、皆さまの移動がより安全で快適かつ楽しいものになり得ることをお伝えしたいと考えています。お気軽にお申し込みください。

日 時：12月22日(木) 午前10時～正午
 会 場：2階 第3講習室
 対 象：視覚に障害をお持ちの方、支援者およびご家族
 内 容：①盲導犬歩行の体験
 ②犬の世話についての紹介
 ③盲導犬取得のための手続き
 ④盲導犬関連グッズの紹介
 申込・問合せ：日本盲導犬協会神奈川訓練センター
 電話 045(590)1595

12月行事予定表

*視覚障害児対象

わくわくクライミングスクール 第2 土 曜日 10日 前半:10:00~12:00
 後半:13:00~15:00
 お餅つき&クリスマス会 第2 日 曜日 11日 10:30~13:30
 冬季リトミック体験教室 第3 水 曜日 21日 10:15~11:15

*視覚障害者対象

サウンドテーブルテニス入門・初級教室 第2 日 曜日 11日 前半:10:00~12:00
 後半:13:00~15:00
 水泳教室 第2 火 曜日 13日 13:50~14:50
 水中運動教室 第1,3 木 曜日 1,15日 10:50~11:50
 アクアビクス教室 第2 金 曜日 9日 10:50~11:50
 会食チャレンジ講座 第3水,第4木 曜日 21,22日 13:30~15:00

*視覚障害者・介助者対象

プールファミリー&フレンドデー 毎週 日 曜日 4,11,18,25日 10:00~17:00
 忍者E X 教室 第1,3 火 曜日 6,20日 10:30~11:30
 ゆったり!リズムダンス教室 第2 木 曜日 8日 10:30~11:45

*聴覚者対象

点訳講座(応用) 1,2 水 曜日 7,14 13:30~15:30
 録音講座(応用) 1,3 金 曜日 2,16 10:00~12:00

*ボランティア対象

情報提供関係ボランティア勉強会 第1 水 曜日 7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。

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
愛のようだ	長嶋 有	3
葵の月	梶 よう子	5
朝が来る	辻村 深月	5
アンタッチャブル	馳 星周	8
淫楽無明	勝目 梓	4
江戸・東京のドラマを訪ねて	中島 克幸	4
大川契り	西條 奈加	5
終わった人	内館 牧子	6
風待心中	山口 恵以子	4
神奈川のおきて	神奈川県地位向上委員会	2
カフェ、はじめます	岸本 葉子	3
気付くのが遅すぎて、	酒井 順子	4
希望の海	熊谷 達也	5
恭一郎と七人の叔母	小路 幸也	3
嫌老社会を超えて	五木 寛之	2
言葉の贅肉	伊奈 かっぺい	3
コンビニ人間	村田 沙耶香	2
最後の親鸞	吉本 隆明	3
自己決定権とジェンダー	江原 由美子	5
詩の一步手前で	吉野 弘	2
少年・牧神の午後	北 杜夫	4
消滅	恩田 陸	8
水曜日の凱歌	乃南 アサ	9
その姿の消し方	堀江 敏幸	3
たそがれどきに見つけたもの	朝倉 かすみ	3
たまたまザイル、またコンゴ	田中 真知	5
通訳になりたい!	松下 佳世	2
なめらかで熱くて甘苦しくて	川上 弘美	3
日本、遥かなり	門田 隆将	7
ネンリズム/開かれた食器棚	山崎 ナオコーラ	2
バスティス	中島 京子	3
フクシマのあの日・あの時を語る	福島県キリスト教連絡会	4
復讐屋成海慶介の事件簿	原田 ひ香	5
星球	中澤 日菜子	4
マックス・ウェーバーを読む	仲正 昌樹	4
水の上を歩く?	開高 健 [ほか]	5
優しいオオカミの雪原 上	ステフ・ベニー	5
優しいオオカミの雪原 下	ステフ・ベニー	4
ヤモリ、カエル、シジミチョウ	江國 香織	6
リベラルのことは嫌いでも、 リベラリズムは嫌いにならないでください	井上 達夫	3
ルボ母子避難	吉田 千亜	3
ロマンシエ	原田 マハ	5

デイジー図書

書 名	著 者 名	D総時間
アメリカ古典大衆小説コレクション 10	亀井 俊介 [ほか]	10:39
イスラエルとは何か	ヤコヴ・M. ラブキン	10:49
オール・クリア 1	コニー・ウィリス	18:56
オール・クリア 2	コニー・ウィリス	19:53
怪奇小説傑作集 4	アポリネール	15:33
現代語訳大乗仏典 2	中村 元	11:23
現代語訳大乗仏典 4	中村 元	8:56
鮫言	大沢 在昌	13:55
下町ロケット 2	池井戸 潤	10:55
自律神経の名医がつくったぐっすり眠るためのCDブック	小林 弘幸	1:19
生還者	下村 敦史	9:42
茶仏	宝辺 典子	6:53
「通勤ライナー」はなぜ乗客にも鉄道会社にも得なのか	大塚 良治	10:35
ディズニーに行く前に知っておくと得する66の知識	みっこ	5:11
同志社大学神学部	佐藤 優	13:10
図書室で暮らしたい	辻村 深月	7:24
ナショナリズムと宗教	中島 岳志	13:12
ヒックとドラゴン 9	ヒック・ホリングス・ハドック三世	7:15
ヒックとドラゴン 10	ヒック・ホリングス・ハドック三世	7:45
フダクの真理のことは感興のことは	中村 元	15:55
水の精霊 第1部	横山 充男	13:47
水の精霊 第2部	横山 充男	14:05
ランキングでわかるヨーロッパ各国気質	片野 優 [ほか]	9:00

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」はデイジーの総録音時間の略です。

ふれ・あい 第 412 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 147 名 女 566 名
合計 713 名

研修会『横浜市民防災センター』見学

在宅者援助部会 鈴木 理恵子

在宅者援助部会では9月30日、「いろいろな災害をあらかじめ知って体験しておくことで、万一の時に落ち着いて行動できるようになる」ために、防災センターの「体験ツアー」に23名が参加しました。インストラクターの解説付きで、4つのコーナーを体験しながら、防災・減災について学びました。

「火災シミュレーター」では、消火器を使っての消火体験。煙が充満した部屋からの避難行動体験をしました。

「減災トレーニングルーム」は一般家庭をイメージした部屋に何が起こるか知らされずに入り、音響や映像で演出された災害を発生から避難までを疑似体験しました。

「災害シアター」では現在の横浜の風景を使用して、過去の大地震や、今後予想される大地震についてストーリー仕立ての映像が再現され、地震による被害について学びました。

「地震シミュレーター」では震度3から7までの揺れ、東日本大震災や阪神淡路大震災などの過去の地震、目の前のスクリーンに映し出される映像によって、戸建住宅や高層ビル、バス乗車中など様々な場面での揺れを体験しました。

分かっているつもりでいたのに行動できなかったこと、まちがった認識を持っていたことなど反省点がたくさんあります。この体験を忘れないようにすることが、私の新しい防災の一步になりました。この施設は横浜駅西口から約10分。個人でも「体験ツアー」に参加できます。未体験の方は是非！

ハイキングの支援について

レクリエーション部会 末田 靖則

レク部会では外出の機会が少ない視覚障がい者のために、ハイキング・山登りなどを実施してきました。自然の中や街並みを歩くことは気持ちをリフレッシュし、体力を維持・向上させます。50年近くに及ぶハイキング・山登りへの支援についてその変遷を紹介します。最初は「交歓ハイキング」です。交歓は視障者・晴眼者が共に楽しむという意味でレク活動の基本となっています。歩くだけではなく、地引網・芋堀・落花生堀・キウイ狩など他のレクも楽しむというものでした。続いて、「のんびりハイク・大自然ウォーク」は県外の山に1泊2日でのハイキングです。福島県裏磐梯高原、長野県木曾駒ヶ岳・霧ヶ峰高原など貸し切りバスを利用して実施しました。「ワンデイハイク」は4～5時間の山道中心のハイキングで丹沢の山々から始まり、三浦半島、鎌倉、湯河原、箱根などを歩いています。最近は低山が多くなりました。最後にお互いの高齢化に対応するために、登り下りが比較的少ない整備された道を歩く「ワンデイウォーク」を始めました。昨年に実施した秦野水無川の遊歩道はととても好評でした。今後も可能な範囲で支援を続ける予定です。

平成28年度 団員研修会

日 時：平成29年2月16日(木) 13:30～15:30

場 所：第一講習室ABC <企画専門委員会>

12月の活動・行事予定表

Ⓜ 10:00～12:00
Ⓐ 13:30～15:30

日 曜	会 議 ・ 会 合 等	作 業
1 木	本部役員会 13:00～14:30 かけはし編集委員会Ⓐ 「あい・あい」ひろば反省会 14:30～16:00	他館
2 金	録・役員会 10:00～ 誘・役員会Ⓐ 在援・役員会Ⓐ 触図サークルⒶ	週刊現代
3 土	録音相談 13:00～ レッツ! エンジョイスports 13:30～ スポーツ介助運営連絡会 15:20～	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Ⓐ	やまゆり ジュニアエラ
7 水	パソコンサポート 10:00～ 点訳活動窓口 10:30～ 録・研修会 13:00～	交流誌カエル
8 木	幼児教材作製 10:30～ 録音雑誌打合せ会 13:00～	他館
9 金	災害対策専門委員会Ⓜ 数学点訳サークル 10:30～ 録・研修会 13:00～	週刊現代
10 土	レク・役員会Ⓜ	他館
11 日	お餅つき 11:00～ 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～	日経マネー
14 水	パソコンサポート 10:00～ 点窓 10:30～ 点・役員会Ⓐ	ナンバー
15 木	誘導指導者勉強会 10:30～12:00	他館
16 金	事務局連絡会Ⓐ	週刊現代
17 土	録音相談 13:00～	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・親睦会 10:00～ 録音相談 13:00～ 英語点訳サークルⒶ	センターだより
21 水	点訳指導勉強会Ⓜ 録音相談担当者打合せ会Ⓜ パソコンサポート 10:00～ 点窓 13:00～ 録音講座担当者勉強会 13:00～	ライトこどもクラブ
22 木	広報専門委員会Ⓐ かけはし編集委員会Ⓐ	週刊現代
23 金	(天皇誕生日・休館)	
24 土		他館
25 日		
26 月	(休館)	
27 火		旅行読売 栄養と料理
28 水		文学界 ナンバー
29 木	(休館)	
30 金	(休館)	
31 土	(休館)	