



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)0023
 図 書 貸 出 045(364)0022
 相談・ボランティア活動 045(364)0024
 スポーツ受付 045(364)0025
 ボランティア室 045(364)0026
 FAX 代 表 045(364)0027
 【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

テーマ別懇談会（点字）

視覚障害者で点字を学んでいる人、学んだことのある人と、点字指導ボランティアの皆さんが集まって懇談したり、点字を使ったゲームをしたりします。点字をこれから習いたい人の参加も大歓迎です。

日 時：10月6日(土) 午後1時～3時
 会 場：2階 第2講習室
 対 象：県内在住・在勤・在学の、普段から点字を使用しているか点字に興味のある視覚障害者、および点字指導をしている人

定 員：計30名程度
 内 容：点字学習の感想、日常の点字の利用に関する意見交換、ゲームなど。

参加費：100円（茶菓子代）
 締 切：10月5日(金) 午後5時
 申 込：支援課

①電 話：045(364)0024
 ②メール：kunren@kanagawalc.org
 氏名、電話番号、視覚障害の有無、点字学習経験の有無を明記してください。

逗子市で「かなエール」!

視覚障害者向け相談会&展示会「かなエール」を行います。今回は、逗子市社会福祉協議会などが主催する「目の愛護デー啓発イベント」の会場内にブースを設けています。生活全般の相談の他、視覚補助機器・白杖・音声時計などの紹介、IT関連機器体験などができます。

申込は不要です。お誘いあわせの上ご来場ください。
 日 時：10月7日(日) 午前10時～午後2時
 会 場：逗子文化プラザ市民交流センター
 逗子市逗子4-2-11
 (JR逗子駅または京急新逗子駅から徒歩約5分)
 電話：046(873)8011 (逗子市社会福祉協議会)

主な内容：

- ①外出のサポート
 (白杖相談・体験、「パームソナー」紹介、盲導犬体験)
 - ②文字をサポート
 (拡大機器による読字、手書き体験、点字相談)
 - ③音声でサポート
 (デージー図書・シネマデージー、音声機器体験)
 - ④就労のサポート (就労支援紹介)
 - ⑤ハイテクでサポート (IT機器体験)
 - ⑥その他、生活全般に関する相談
- 問合せ：支援課 電話045(364)0024

「骨盤調整教室」

ヨガのポーズを取り入れて骨盤を動かし、体のゆがみを整えましょう。

日 時：10月16日(火) 午後1時30分～3時
 会 場：2階 多目的室1
 講 師：佐藤 友見氏
 対 象：県内在住・在勤・在学の視覚障害者
 定 員：15名程度 (付添い1名可)
 申込み多数の場合は抽選し、10月3日(水)以降全員に電話で連絡します。

締 切：10月2日(火) 午後5時
 申 込：支援課
 ①電 話：045(364)0024
 ②メール：kunren@kanagawalc.org
 氏名、電話番号、付添いの有無を明記してください。
 備 考：運動しやすい服装で参加してください。

「肉料理講習会」

すこやか食生活協会および日本食肉協議会の主催で、牛肉と豚肉を使い、作りやすそうな料理を練習します。お申込みお待ちしております。申込み多数の場合、初参加の方が優先となります。

日 時：10月18日(木) 午前10時30分～午後2時
 会 場：2階 調理指導室
 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：8名程度 (申込み多数の場合は抽選し、10月4日(木)以降全員に電話で連絡します。)

参加費：無料
 締 切：10月3日(水) 午後5時
 申 込：支援課
 ①電話：045(364)0024
 ②メール：kunren@kanagawalc.org
 氏名、視覚障害の程度、電話番号を明記してください。
 持ち物：エプロン、三角巾、手拭きタオル、ふきん各1枚

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
 視覚障害援助に関するボランティア活動の入門編となる講座です。

日 時：11月17日(土)・18日(日) 全4コマ
 午前10時～午後3時
 会 場：2階 第1講習室
 対 象：県内で視覚障害援助を志す16歳以上の方
 定 員：60名
 締 切：11月6日(火) 送信・消印有効

(2) 専門講座

視覚障害援助ボランティア入門講座修了(見込み)者が対象となります。

ITサポートボランティア講座

視覚障害者がパソコンを利用する際のサポートを学ぶ講座です。日頃からパソコンを使い慣れていることが必要です。

日時：11月25日～12月16日 毎週日曜日 全8コマ

午前10時～午後3時

会場：2階 第3講習室

定員：5名

締切：11月13日(火) 送信・消印有効

※申込多数の場合は抽選。

申込：講座名・住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号を明記のうえ、下記①②③いずれかの方法でお申し込みください。

①FAX：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
情報提供課 講座担当宛

※「ITサポートボランティア講座」はメールのみの受付となりますのでご注意ください。

※FAXでお申込みの方は、自宅のFAX番号を記入してください。

※詳しくは、チラシ・ホームページをご覧ください。

報 告

かき氷を食べながら楽しいひととき
～LCサロン報告～

毎月第3水曜日に行っている参加者同士の交流の場、LCサロン。今年は猛暑が続いていたこともあり、8月15日(水)のLCサロンは、少しでも涼しさを味わおうとかき氷を作って食べました。当日は視覚障害者13人の参加がありました。

業務用手動かき氷機の「シャッシャッシャ」と氷の削られる音がすると、参加者からは歓声があがり、「おいしい」「生き返った」など、皆さん季節を感じながら楽しんでいました。ウクレレの演奏が始まり、ハワイ気分に戻ったり、話が弾んで、にぎやかなサロンとなりました。

LCサロンは予約なしで出入り自由。お茶など飲みながら利用者同士が話をするきっかけづくりの場です。まだ参加したことがない人も、どうぞお気軽にいらしてください。お待ちしております。

ハーモニカクラブが、がんセンターの
ミニコンサートに出演しました

8月9日(木)午後、神奈川県立がんセンターでミニコンサートが開かれ、ライトセンターで活動している「ハーモニカクラブあすなる」が演奏を披露しました。

このミニコンサートは、がんセンターの病院ボランティア会「ランパス」が2001年から始め、今年2月には通算800回目を迎えています。入院患者の方々に音楽を楽しんでもらおうと、毎週木曜日の午後、30分間の演奏会を開催し、これまでにたくさんの方々がボランティアとして参加しています。

当日は、ウクレレや歌も交えて20数名が、100名を超える方達の前で演奏しました。曲目は「下町の太陽」「この広い

野原いっぱい」など、昭和30、40年代の有名な曲9曲でした。多くの方達は、聴くだけではなく、ハーモニカの演奏を伴奏のようにして歌っていました。

NEWS お知らせ

休 館 日 他

◎10月の休館日

1日(月)・8日(月)体育の日・15日(月)・22日(月)・29日(月)

○施設の利用について

◆10月10日(水)は施設整備日のため、図書館・スポーツ施設・用具コーナーはご利用いただけません。

◆10月20日(土)はクライミングスクールのため、クライミングウォールは終日ご利用いただけません。

○プールの利用について

・毎週日曜日は終日「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。

◆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>

・アクアビクス教室

12日(金)・26日(金)：午前10時50分～11時50分

・スイムワンポイント教室

17日(水)・18日(木)：午前10時15分～12時45分

<1・2コース>

・水泳教室

9日(火)・23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クライミングウォール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)。

ライトセンターフェスティバル&
「あい・あい」ひろば開催のお知らせ

今年もライトセンターフェスティバルを、神奈川県視覚障害援助赤十字奉仕団(通称：視援奉)と一緒に次のとおり開催します。

機器展示、体力測定、ボランティア活動紹介、点字体験、録音体験、見えにくさ体験、クラブ発表、赤十字活動紹介、献血など、さまざまな企画を検討中です。ぜひ、皆さまの応援をお待ちしております。

開催日時：11月10日(土) 午前10時～午後3時

「選挙のお知らせ」をぜひご利用ください!

ライトセンターでは、選挙が行われる際に「ライトセンターだより号外」として「選挙のお知らせ」を県選挙管理委員会からの依頼により配布しています。

来年、2019年には統一地方選挙と参議院議員選挙が予定されています。候補者などの情報を点字版、CD版、拡大文字版で提供しています。ぜひご利用ください。

申し込みは図書館(電話045-364-0022)までお願いします。

100円均一ショップで購入できる便利グッズ

視覚障害者用に作られたものではないけれどもちょっと便利に使えるグッズが、100円均一ショップでも販売されています。その中から、キッチンツールをいくつかご紹介します。醤油やみりんなど調味料を入れておいて一定量を出せる定量ポットや、醤油スプレー、オイルスプレーは、一定の味付

けに役立ち、調味料の出しすぎを防ぎます。ラップ代わりに
なるプラスチック製のフタや、シリコン製ラップは繰り返し
使えて、ラップ同士がくっついてくしゃくしゃになることも
ありません。電子レンジにかけると器も熱くなり取り出すと
きに大変ですが、電子レンジ用トレイに乗せて温めると、ト
レイは熱くなりませんので、持ちやすくなります。シート状
のまな板はさまざまな色が販売されており、例えば黒いまな
板シートは大根など白いものを切る時に見やすいです。

商品の入れ替えなどのため必ず取り扱いがあるとは言えな
いのですが、お店に立ち寄ってみると、お役立ちグッズを発見
できるかもしれません。

 **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。

10月はグラウンドゴルフです。ルールは簡単、専用の木製
のクラブを使い、ホールポストに出来るだけ少ない打数で
ボールを入れて競います。初めてでもゴルフ気分が味わえ、
楽しくプレー出来ます。ご参加をお待ちしています。

日時：10月13日(土) 午後1時30分～3時
会場：グラウンド

(ただし雨天の場合は体育館)

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)

※動きやすい服装で、お越しください。

(雨天の場合は、体育館履きを持参して下さい)

お問合せは奉仕団事務局まで 電話 045(364)0026

10月行事予定表

***視覚障害児対象**

わくわくキッズ
クライミングスクール 第3 土曜日 20日 前半:10:00~12:00
後半:13:00~15:00

***視覚障害者対象**

水泳教室 第2,4 火曜日 9,23日 13:50~14:50

アクアビクス教室 第2,4 金曜日 12,26日 10:50~11:50
10:15~10:45

スイムワンポイントレッスン 第3 水・木曜日 17,18日 11:15~11:45
12:15~12:45

デジタル機器個別相談会 第2 木曜日 11日 10:00~12:00
13:00~15:00

骨盤調整教室 第3 火曜日 16日 13:30~15:00

肉料理講習会 第3 木曜日 18日 10:00~14:00

***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 7,14,21,28日 10:00~17:00

忍者EX教室 第1,3 火曜日 2,16日 10:30~11:30

LCサロン 第3 水曜日 17日 13:00~15:00

テーマ別懇談会 第1 土曜日 6日 13:00~15:00

かなエール(逗子市) 第1 日曜日 7日 10:00~14:00

***晴眼者対象**

録音講座(応用) 毎週 木曜日 4,11,18,25日 10:00~12:00

誘導法講座 第4,5 火曜日 23,30日 10:00~12:00

在宅者援助講座 第1,2,3 水曜日 3,10,17日 10:00~12:00

***ボランティア対象**

特殊点訳(英点)講座 毎週 火曜日 2,9,16,23,30日 10:00~12:00

視覚障害者点字指導法講座 毎週 金曜日 5,12,19,26日 13:30~15:30

指導者養成講座 第1,2,3 木曜日 4,11,18日 10:00~15:00

※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。

新たに変わった蔵書の紹介

貸出のお申し込みは、直通電話 045(364)0022 にお願ひします。

点字図書

書名	著者名	巻数
愛が挟み撃ち	前田 司郎	2
あいまい生活	深沢 潮	3
青い花	瀬戸内 寂聴	4
青空に飛ぶ	鴻上 尚史	5
嘘	村山 由佳	9
海亀たち	加藤 秀行	2
沖縄の基地の間違ったうわさ	佐藤 学 [ほか]	2
おもかげ	浅田 次郎	6
温泉天国	嵐山 光三郎	4
彼方の友へ	伊吹 有喜	8
金と相場	鍋島 高明	5
かるい生活	群 ようこ	3
抗生物質と人間	山本 太郎	3
好みのワインがバツと選べるうま得ワイン入門	種本 祐子	4
西郷家の人びと	原口 泉	4
さくら、うるわし	長野 まゆみ	3
祝葬	久坂部 羊	5
鍼灸日和	未上 夕二	4
心中旅行	花村 萬月	7
吹奏楽の神様屋比久勲を見つめて	山崎 正彦	3
そのバケツでは水がくめない	飛鳥井 千砂	6
それ自体が奇跡	小野寺 史宜	4
ソロ	笹本 稜平	8
だまされない	鎌田 實	3
天地創造物語	及川 信	5
トクヴィル	富永 茂樹	4
日本文学全集 04	池澤 夏樹	12
乗りかかった船	瀧羽 麻子	4
幕末暗殺!	谷津 矢車 [ほか]	5
果てしなき追跡	逢坂 剛	9
編集ども集まれ!	藤野 千夜	7
僕らだって靡くらい開けられる	行成 薫	5
星ちりばめたる旗	小手鞠 るい	7
無敵の二人	中村 航	5
モノづくりを究めた男たち	広田 民郎	4
やさしいスペイン語文法	大岩 功	5
よりみち3人修学旅行	市川 朔久子	3
ランチ酒	原田 ひ香	4
ルポ不法移民	田中 研之輔	3

デジ書

書名	著者名	D総時間
安倍三代	青木 理	10:32
江戸・東京橋ものがたり	酒井 茂之	7:17
確率思考の戦略論	森岡 毅 [ほか]	15:57
キネマの天使	赤川 次郎	7:08
十歳までに読んだ本	西 加奈子 [ほか]	7:56
瀟洒なる自然	深田 久弥	7:39
昭和天皇実録 第6		43:27
人工知能はいかにして強くなるのか?	小野田 博一	8:30
ストレス時代の心の健康法	斎藤 光人	5:46
地球外生命は存在する!	縣 秀彦	7:08
なぜ愛なのか	田中 澄江	6:20
農業のサムライたち	大下 英治	16:33
ノタンんたいのどんでけ〜☆	キヨノ サチコ	0:17
ノタンズプーンたんたんたん	キヨノ サチコ	0:13
ノタンでかてかありがとう	キヨノ サチコ	0:17
ノタンピクニックららら	キヨノ サチコ	0:16
ノタンふわふわタータン	キヨノ サチコ	0:14
爆買いされる日本の領土	宮本 雅史	7:48
「反戦・脱原発リベラル」はなぜ敗北するのか	浅羽 通明	8:53
ヒマラヤ大聖者愛の般若心経	ヨグマタ 相川 圭子	9:56
不思議な子どもたち	小原 猛	5:01
ボタン穴から見た戦争	スウェーデン・アレクシエーヴィチ	12:28
明治維新は「戦国時代からはじまっていた!」	跡部 蛭	6:52
ルー・ゲーリック伝	エレノア・ゲーリック	8:30
レヴィニストロース『野生の思考』	中沢 新一	4:38

拡大図書

書名	著者名	全巻数
切れない糸	坂木 司	5
ジャングルの窟(マジック・ツリーハウス 10)	メアリー・ポープ・オズボーン	2
戦場にひびく歌声(マジック・ツリーハウス 11)	メアリー・ポープ・オズボーン	2

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」はデジ書の総録音時間の略です。

<h1 style="margin: 0;">ふれ・あい</h1> 第 434 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 139 名 女 528 名 合計 667 名
--	----------------------------------	--------------------------------------

本部役員をご推薦ください

2019年度の本部役員候補者を次の要領で募集します。

役 職：委員長、副委員長、会計、庶務、各専門委員長（広報・企画・事務局・災害対策）

推薦方法：ボランティア室のテーブルに推薦箱と推薦用紙を置きます（用紙の送付はしません）。郵送の場合は、推薦用紙または任意の用紙を使い親展で推薦委員会宛にご送付ください。（差出人名は無くても可）

期 間：平成30年10月2日（火）～11月1日（木）

推薦委員長：安藤笙子（点訳）

副委員長：福原加代子（誘導）

委 員：（点訳）熊倉美智子
 （録音）小島砂雅子・宮崎宜子
 （レク）増田和子（誘導）渡邊明
 （拡大）豊島秀子（在援）渥美有子
 （グループ）下地英輝（個人）櫻井恵子

書 記：宮部郁子（本部庶務）
 （2019年度本部役員推薦委員会）

ライトセンターフェスティバル&「あい・あい」ひろば
 日 程：11月10日（土） 10:00～15:00 ライトセンター

災対研修会『手当の前には観察が必要！』
 講 師：工藤孝志（ライトセンター職員）
 日 時：10月12日（金） 13:00～15:00
 場 所：第2講習室

福祉の総合イベント「ヨッテク」に参加して

拡大写本部会 菊地 俊秋

「ヨコハマ・ヒューマン&テクノランド2018」が7月20日から2日間にわたってパシフィコ横浜で開かれました。このイベントは社会福祉法人・横浜市リハビリテーション事業団の主催によるもので、通称「ヨッテク」と呼ばれています。

今年で17回目になりますが、最新の福祉機器の展示や紹介、体験・実演コーナーが数多く設けられることから福祉の総合イベントとも称されています。毎回、障害者をはじめ福祉担当者、機器の開発に携わる企業・団体の関係者で大いに賑わっています。

県視援奉との関わりは、今から10年ほど前に主催者からライトセンターへ参加の要請があり、その後県視援奉との話し合いの結果、拡大写本部会と誘導部会が参加することになりました。以来、毎年欠かさず参加し今日に至っています。

幅5m、奥行き3mほどのライトセンターのブースでは、見えにくさ体験コーナーと誘導体験コーナーが設けられました。見えにくさ体験では、白濁と視野狭窄のシミュレーションメガネを使った簡単なゲームや拡大写本の展示を実施。誘導体験ではアイマスクと白杖を使って部会員と参加者がペアになって会場内を歩き回わり、途中で交替しながら視覚障害者、誘導者双方の立場を体験してもらいました。

参加者は両コーナー合わせて約450人に達しましたが、ほとんどが初めてで「大変良い体験ができた」、「視覚障害者と接する際に役立てたい」などの声が寄せられました。

10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 月	（休館）	
2 火	拡大・連絡会・チーフ会 10:00～ 楽譜点訳サークルⓂ 録音相談 13:00～ 企画専門委員会ⓐ	やまゆり
3 水	パソコンサポート 10:00～ 点訳活動窓口 10:30～ 団主催点訳講座①ⓐ	他館
4 木	本部役員会ⓐ かけはし編集委員会ⓐ	週刊読書人 他館
5 金	録・役員会 10:00～ 誘・役員会 13:00～ 触図サークルⓐ 在援・役員会ⓐ	週刊現代 ジュニアエラ
6 土	ワンデイウォーク（ふるさと尾根道） 録音相談 13:00～	交流誌カエル 他館
7 日	パソコンサポート 13:00～	
8 月	（体育の日・休館）	
9 火	拡大・連絡会・役員会 10:00～	他館
10 水	パソコンサポート 10:00～ 点窓 10:30～ 点・役員会ⓐ 団主催点訳講座②ⓐ	日経マネー ナンバー
11 木	幼児教材作製 10:30～ 録音雑誌打合せ会 13:00～	週刊読書人
12 金	災害対策専門委員会Ⓜ 数学点訳サークル 10:30～ 災対研修会 13:00～	他館
13 土	レッツ！エンジョイスポーツ 13:30～ スポーツ介助運営連絡会 15:20～	他館
14 日	レク・役員会 10:00～ 点訳サークルみなづき 10:30～ パソコンサポート 13:00～	
15 月	（休館）	
16 火	楽点サークルⓂ 拡大・連絡会・定例会・むしめがねのつどい 10:00～ 録・研修会 13:00～ 録音相談 13:00～ 英語点訳サークルⓐ	センターだより
17 水	点訳指導勉強会Ⓜ パソコンサポート 10:00～ 点窓 13:00～ 団主催点訳講座③ⓐ	旅行読売 他館
18 木	点・校正勉強会 13:30～	週刊読書人 他館
19 金		週刊現代 ライトこどもクラブ
20 土	録音相談 13:00～	他館
21 日	パソコンサポート 13:00～	
22 月	（休館）	
23 火	拡大・連絡会 10:00～ 拡大写本指導者勉強会ⓐ	他館
24 水	録音相談担当者打合せ会Ⓜ 点・定例会 10:00～ パソコンサポート 10:00～ 点・しずくの集い（創立60年） 11:30～ 録音講座担当者勉強会 13:00～	ステレオサウンド ナンバー
25 木	誘導指導者勉強会 10:30～ 幼児教材作製 10:30～ 広報専門委員会ⓐ かけはし編集委員会ⓐ	週刊読書人 中医臨床
26 金	録・研修会 13:00～ 事務局連絡会ⓐ	週刊現代
27 土		ジャーナルニュース 他館
28 日	パソコンサポート 13:00～	
29 月	（休館）	
30 火	拡大・連絡会 10:00～ 録音相談 13:00～	栄養と料理
31 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ⓐ 団主催点訳講座④ⓐ 日奉仕団上級研修者勉強会ⓐ	文学界