



**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)0023  
図 書 貸 出 045(364)0022  
機 関・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](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。

### 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。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(金)～28日(木)

調査方法：①1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 045(364)0023

③職員による直接の聞き取り調査

④メールマガジン登録者へ調査内容を配信、メールで回答受付

## 参加者募集

### 「冷凍品を使った料理講習会」

すこやか食生活協会および東洋水産㈱の主催で、冷凍焼きそばとワンタンスープにひと工夫したレシピで調理実習をする他、だしについての学習も行います。申込み多数の場合、初めての方が優先となります。

日 時：2月13日(水) 午前10時～午後2時

会 場：2階 和室、調理指導室

講 師：センター職員ならびにすこやか食生活協会スタッフ

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、1月30日(水)以降全員に電話で連絡します。)

参加費：無料

締 切：1月29日(火) 午後5時

申 込：支援課

電話：045(364)0024

メール：[kunren@kanagawalc.org](mailto: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、手拭き用タオル、ふきん各1枚

### 「ドコモ・スマホ講座」

NTTドコモの協力により、画面を見ずにスマートフォンをタッチ操作する体験会を行います。

なお、講座中に個別の質問をすることはできません。

日 時：2月21日(木)

①らくらくホンF02J(ガラホ)：午前10時～午後12時30分

②iPhone：午後1時30分～4時

※両方申込み可。

会 場：2階 第2講習室

内 容：①「ガラホ」(形状はらくらくホンと変わらず、画面がスマートフォン)の基本操作。

②iPhone 7を使い、基本ジェスチャーの練習と便利なアプリの紹介(電話とメールの体験はありません。)

講 師：NTTドコモスタッフ

対 象：県内在住・在勤・在学の視覚障害者で、iPhoneのタッチ操作に慣れていない方、及び、ガラホの購入に関心のある方。

定 員：各回14名。

(申込み多数の場合は抽選し、2月8日(金)以降全員に電話で連絡します。)

締 切：2月7日(木) 午後5時

申 込：支援課

電話：045(364)0024

メール：[kunren@kanagawalc.org](mailto:kunren@kanagawalc.org)

氏名、希望回、電話番号、視覚障害の程度、スマートフォン所有の有無を明記してください。

## 報 告

### 人事異動

退 職 平成30年12月31日付

総務課 平井 利依子

### ボクサイズ教室実施しました

去る12月9日、教養講座として「ボクサイズ」を開催しました。一昨年開催し、「またやって欲しい」という嬉しい声を多数頂き開催に至りました。講師は、元日本スーパーウェルター級3位のプロボクサーと、二俣川にある、ボクシングジムのフェザー級プロボクサーです。基本の構えとパンチ

(ジャブ、ストレート、フック、アッパー)の動きをマスター後、音楽に合わせて、はじめはゆっくり、次は早く、さらには、パンチをコンビネーションさせて行いました。複雑な動きは、脳トレにもなり、「シュツ、シュツ」と声でリズムを付けて、ボクサイズを楽しみました。

最後はプロボクサーのリードによるミット打ち。徐々に皆さんの構えもしっかりしてきて、バシッ!バシッ!といい音が体育館に響き渡りました。センタースタッフもボディミットを装着し、皆さんのパンチを受けました。予想以上のパンチの威力に驚きました。とても好評で「気持ちが良かった」「すっきりした」「とても楽しかった」という感想を頂きました。



## NEWS お知らせ

### 休館日他

◎2月の休館日

4日(月)・11日(月)建国記念の日・18日(月)・25日(月)

○施設の利用について

◆2月13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。

◆16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「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。

◆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

8日(金)・22日(金)：午前10時50分～11時50分

・スイムワンポイントレッスン

20日(水)・21日(木)：午前10時15分～12時45分

<1・2コース>

・水泳教室

12日(火)・26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)。

## 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、昨年好評だった、スポーツ介助グループオリジナルの空き缶ボウリングです。ピンが倒れる音は迫力満点!ストライクを狙って、寒さも吹き飛ばしましょう。

日時：2月9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

### 横浜能楽堂普及公演「バリアフリー能」

今年のバリアフリー能は、狂言「<sup>ぶす</sup>附子」と能「<sup>だいえ</sup>大会」を上演します。狂言「附子」は、主人から留守中に毒(附子)に近寄らないように言いつけられた太郎冠者と次郎冠者の行動が楽しい狂言です。能「大会」は命を助けられ恩を感じた天狗がお坊さんに釈迦の説法を演じて、大変な目にあってしまう曲です。18回目を迎えた「バリアフリー能」は、毎年改善を重ね、より多くの方へのバリアフリーを目指しています。視覚障害者向けには、点字ちらし・パンフレット、メールパンフレット、舞台の触図、副音声、触ることのできる能面展示などのサポート態勢を整えています。

また、公演に先立ち、バリアフリー施設見学会を行います。関東地方で一番古く140年の歴史がある横浜能楽堂の本舞台や楽屋をご案内します。

「バリアフリー能」

日時：3月17日(日) 午後2時開演、3時45分頃終演予定

会場：横浜能楽堂

料金：S席4000円、A席3500円、B席3000円

※介助者は1名まで無料

「バリアフリー施設見学会(視覚障害者向け)」

日時：2月17日(日) 午後2時から3時30分頃

会場：横浜能楽堂

サポート：能舞台の触図、能舞台・楽器に触れる体験

※白足袋をご持参ください。(横浜能楽堂でも販売しています。1足2300円。能舞台に上がらない方は必要ありません)

料金：無料

定員：6名(介助者は1名まで)

公演・見学会とも申込・問合せ：

横浜能楽堂 横浜市西区紅葉ヶ丘27-2

電話：045-263-3055 FAX：045-263-3031  
 WEB <http://www.ynt.yaf.or.jp>  
 メール：nougaku@yaf.or.jp

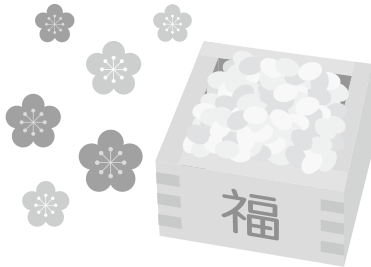
ライトセンター内  
 「あんま・はり・きゅう室」のご案内

マッサージは、休憩ロビー奥の「あんま・はり・きゅう室」へどうぞ。

開業時間：午前10時～午後5時  
 ※ライトセンター休館日は休み

料 金：15分ごと 1,000円

問 合 せ：045(364)9899



2 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 16 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 12, 26 日 13:50~14:50  
 アクアピクス教室 第 2,4 金 曜日 8, 22 日 10:50~11:50

スイムワンポイントレッスン 第 3 水・木曜日 20, 21 日 10:15~10:45  
 11:15~11:45  
 12:15~12:45

デジタル機器個別相談会 第 2 木 曜日 14 日 10:00~12:00  
 13:00~15:00

冷凍品を使った料理講習会 第 2 水 曜日 13 日 10:00~14:00

ドコモ・スマホ講座 第 3 木 曜日 21 日 10:00~12:30  
 13:30~16:00

\*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 3, 10, 17, 24 日 10:00~17:00

忍者E X 教室 第 1,3 火 曜日 5, 19 日 10:30~11:30

LCサロン 第 3 水 曜日 20 日 13:00~15:00

\*晴眼者対象

視覚障害援助ボランティア  
 入門講座 第 3,4 水 曜日 20, 27 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 第 1 木 曜日 7 日 10:00~15:00

\*ボランティア対象

点訳図書校正技術者勉強会 第 1 金 曜日 1 日 13:30~15:30

指導技術研究会(誘導) 第 2 金 曜日 8 日 13:30~15:30

点訳勉強会 第 2 火 曜日 12 日 13:30~15:30

ボランティア勉強会 第 3 金 曜日 15 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	全巻数
ASK	新堂 冬樹	12
あの夏、二人のルカ	菅田 哲也	6
生きていく！殺すな	「生きていく！殺すな」編集委員会	4
犬棒日記	乃南 アサ	3
逢魔が時に会いましょう	萩原 浩	3
大人が読みたいアインシュタインの話	石川 憲二	2
大人になったら、	畑野 智美	4
飼う人	柳 美里	5
架空の犬と嘘をつく猫	寺地 はるな	3
吉祥寺デイズ	山田 詠美	4
狐と縫	朱川 湊人	5
くわえ煙草とカレーライス	片岡 義男	4
憲法が生きる市民社会へ	内田 樹 [ほか]	2
5時過ぎランチ	羽田 圭介	4
さしすせその女たち	柳月 美智子	3
師匠歌丸	桂 歌助	3
修羅の都	伊東 潤	6
絶望キャラメル	島田 雅彦	5
絶望の歌を唄え	堂場 瞬一	6
潜伏キリシタンは何を信じていたのか	宮崎 賢太郎	4
そして、バトンは渡された	瀬尾 まいこ	6
それでもバレステナに木を植える	高橋 美香	4
旅先のオバケ	椎名 誠	3
定年オヤジ改造計画	垣谷 美雨	5
日蓮大聖人の仏法	浅井 昭衛	6
日本問答	田中優子 [ほか]	5
火花散る	あさの あつこ	5
ヘイ・ジュード	小路 幸也	5
辺境の怪書、歴史の驚き、ハードボイルド読書合戦	高野 秀行	5
ほろ酔い天国	青木 正児	3
みなさんの爆弾	朝比奈 あすか	5
物語のなかとそと	江國 香織	2
読鉄全書	池内 紀	9
路上のX	桐野 夏生	7
ロンリネス	桐野 夏生	7
わかって下さい	藤田 宜永	4
わたしの忘れ物	乾 ルカ	4

デ イ ジ ー 図 書

書 名	著 者 名	D総時間
老いを生きる覚悟	曾野 綾子	4:32
小田急よもやま話 上	加藤 一雄	8:24
小田急よもやま話 下	加藤 一雄	10:39
オタクと三人の魔女	大原 まり子	4:42
オーディション	村上 龍	5:26
お兄ちゃんだけど愛さえあれば関係ないよねっ [1]	鈴木 大輔	5:31
究極の難病完治法	岡崎 公彦	3:17
宗教の社会貢献を問い直す	白波瀬 達也	11:31
受胎のとき	沢田 亜矢子	5:09
真実	梶 芽衣子	6:25
世界政治裏側の真実	副島 隆彦 [ほか]	7:14
絶滅の人類史	更科 功	6:37
第一次世界大戦と帝国の遺産	池田 嘉郎	16:51
鉄道小説大賞 受賞作品集	宮崎 辰夫 [ほか]	2:05
東京いい道、しぶい道	泉 麻人	7:39
東京お遍路大江戸めぐり	林 えり子	8:21
東京学	小川 和佑	5:27
ニッポンの肉食	田中 康弘	4:44
P.S. I LOVE YOU	中山 美穂	2:43
ひびのをしへ	福澤 諭吉	0:33
蒙古襲来	服部 英雄	19:15
闇は暁を求めて 2	ルネ・ユイグ [ほか]	8:02
闇は暁を求めて 3	ルネ・ユイグ [ほか]	6:19
LEGENDARY GODFATHER	水口 晴幸	2:52
私の漂流記	曾野 綾子	4:08

拡 大 図 書

書 名	著 者 名	全巻数
絵解き江戸しぐさ	和城 伊勢	2
ストーリー・セラー	有川 浩	4
ライオンと魔女	C. S. ルイス	4

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 438 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 145 名 女 548 名  
合計 693 名

## おもちつき

レクリエーション部会 渡邊 香子

12月8日土曜日、冬らしい寒さの中、恒例の「おもちつき」が開催されました。視覚障害者28名、晴眼者57名(ボランティア含む)総勢85名の参加でした。衛生管理の面から、前年より「具だくさん雑煮」でお餅を食べていますが、「お餅を食べるならやはり甘いのも…」の声にお応えして、今回は「あんこ餅」を用意しました。「今年のはあんこ餅があります」の説明に拍手が起きたのは、「準備した甲斐があった」と心から嬉しかったです。いろいろ制約がある中での餅つきは、今や貴重な体験で、単なる一行事ではなく若い世代への伝承の一面もあります。

また今年も沢山の台所ボランティアの参加をいただき、あちこちのテーブルから「美味しい！」の声が上がっていました。ありがとうございました。

## 平成30年度 団員研修会

テーマ：「RPとロービジョンの世界」\*RP…網膜色素変性症

講師：公益社団法人 日本網膜色素変性症協会  
理事長 佐々木裕二氏

日時：平成31年2月21日(木) 13:30～15:30

場所：ライトセンター第1講習室A・B・C

申込：1月8日(火)～2月20日(水) 奉仕団事務局

## 在援研修親睦会

在宅援助部会 渥美 有子

今年の研修親睦会は、昨年オープンした「ふれる博物館」と、その母体である「日本点字図書館」の見学でした。

11月16日金曜日、15名の参加者は博物館→図書館コースとその逆のコースの二手に分かれ西早稲田駅を出発。

「ふれる博物館」の今回のテーマは「宇宙をさわる」。会場が狭く展示品も限られていましたが、スタッフの丁寧な説明に活発な質問が出ていました。ボールやロープを使って惑星の大きさや距離を体感させたり、ロケット全体を触った後で分解して部品を触らせるなど工夫がされていました。中でも先頃「はやぶさ2」が到着した小惑星「リュウグウ」のソロバン型のレブリカは、その日初めて展示されたもので、子供達に是非触れて欲しいと思いました。常設の「最後の晩餐」はグラデーションを指先で感じることができ、ライトを当てて陰影を作ることでロービジョンの人にも見えやすくなっていました。

「日本点字図書館」では館内やボランティアによる点字図書製作現場などを見学。創立者・本間一夫氏の理念が受け継がれていることを実感しました。部会員には再訪のメンバーもいましたが、建物正面に吊るされた鎖は溢れる滝をイメージし、雫の一つ一つが「知識」で、溢れるほどの知識(情報)を提供したいとの思いが込められているという新たな発見?もありました。日々の活動にとっても役に立つ見学会でした。

## 2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金	触図サークル 10:30～	週刊現代 やまゆり
2土	録音相談 13:00～	他館
3日	点訳サークルみなづき 10:30～ パソコンサポート 13:00～	
4月	(休館)	
5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～ 団主催英語点訳講座Ⓐ 企画専門委員会Ⓐ	ジュニアエラ
6水	パソコンサポート 10:00～ 点訳活動窓口 10:30～	他館
7木	かけはし編集委員会Ⓐ	週刊読書人
8金	災害対策専門委員会Ⓜ 録・役員会 10:00～ 数学点訳サークル 10:30～	週刊現代
9土	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～	交流誌カエル
10日	レク・役員会 10:00～ パソコンサポート 13:00～	
11月	(建国記念の日・休館)	
12火	拡写・連絡会・役員会 10:00～	日経マネー
13水	パソコンサポート 10:00～ 点窓 10:30～ 点・役員会Ⓐ	ナンバー
14木	幼児教材作製 10:30～ 録音雑誌打合せ会 13:00～ 本部役員会Ⓐ	週刊読書人
15金	誘・役員会 13:00～ 在援・役員会Ⓐ	週刊現代
16土	録音相談 13:00～	他館
17日	パソコンサポート 13:00～	
18月	(休館)	
19火	楽点サークルⓂ 拡写・連絡会・定例会 10:00～ 録音相談 13:00～ 英語点訳サークルⒶ 団主催英語点訳講座Ⓐ	センターだより
20水	点訳指導勉強会Ⓜ パソコンサポート 10:00～ 点窓 13:00～	旅行読売
21木	点・校正勉強会 10:30～ 団員研修会Ⓐ	週刊読書人 ライトこどもクラブ
22金	事務局連絡会Ⓐ	週刊現代
23土	スノーハイク(裏磐梯) 24日まで	他館
24日	パソコンサポート 13:00～	
25月	(休館)	
26火	拡写・連絡会・蔵書会 10:00～ 拡大写本指導者勉強会Ⓐ	他館
27水	点・定例会Ⓜ 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～	栄養と料理
28木	誘導指導者勉強会 10:30～ 幼児教材作製 10:30～ 録・研修会 13:00～ 広報専門委員会Ⓐ かけはし編集委員会Ⓐ	週刊読書人 文学界