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)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

「肩こり腰痛ケア体操教室」

深い呼吸をしながらストレッチを行い、姿勢を良くして柔軟性を身につける「身体の調整トレーニング教室」です。身体のケアを心掛けたい方は是非ご参加ください。

日　時：８月９日(金)　午前10時～11時
会　場：体育館
講　師：宮島（みやじま）　式子（しきこ）氏
対　象：県内在住・在勤・在学の視覚障害者20名
（介助者の方も一緒に参加できます）
申　込：支援課スポーツ係　電話　045(364)0025

視覚障害援助ボランティア養成講座

（１）第３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：９月５日～26日　毎週木曜日　全４コマ
午前10時～正午
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：８月27日(火)　送信・消印有効
申　込：講座名・住所・氏名（フリガナ）・年齢・電話番号を明記し、下記の①②③いずれかの方法でお申し込みください。
宛　先：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

※詳しくは、チラシ・ホームページをご覧ください。

（２）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。

デジタル録音図書編集講座

パソコンを使用して、デジタル録音された音訳データを編集する技術を学ぶ講座です。

基本的なパソコン技術（インターネット、Ｅメール、ワープロソフト等が使える程度）が必要です。

日　時：９月４日～９月18日　毎週水曜日　全６コマ
午前10時～午後３時
会　場：２階　視聴覚室
定　員：８名
締　切：８月27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、メールでお申し込みください。
申込先：kouza@kanagawalc.org

※詳しくは、チラシ・ホームページをご覧ください。

「キッズヨガ体験会」

視覚障害児対象の行事です。動物や乗り物などをイメージしながら、親子で工夫してポーズをとっていきます。呼吸を深め、からだを動かす楽しさを味わいます。心までほっこりすることでしょう。お申込みお待ちしています。

日　時：８月31日(土)　午前10時45分～11時30分
会　場：２階　多目的室１
講　師：長瀬（ながせ）　美里（みさと）氏
対　象：県内在住・在園・在学の１歳～８歳程度の視覚障害児とその保護者（兄弟姉妹児の参加可）
定　員：なし（最少催行３組）
締　切：８月27日(火)　午後５時
申　込：支援課
①電　話：045(364)0024
②メール：kunren@kanagawalc.org
お子さんの氏名、電話番号、年齢、視覚障害の程度、兄弟姉妹児参加の場合は年齢と人数を明記してください。

報　告

「第10回　ライトセンター音楽祭」

ライトセンターを利用し、音楽を愛する視覚障害者とその仲間たちが、日頃の練習の成果を発表する場として毎年行っている「ライトセンター音楽祭」。６月８日(土)の開催で10回目を迎えました。

チェロ、大正琴、ウクレレ、ピアノ、コーラス、ギターなど、バラエティに富んだ楽器演奏と歌声で、終始和やかな雰囲気でした。

ライトセンターだより墨字版は一般・ボランティア向けに製作しています。視覚に障害がある方は、利用者向けの情報が多い点字版・録音版をご利用ください。

点字を読みながら歌う人、衣装に趣向を凝らす人…。13歳から93歳まで、出演者の年代も曲のジャンルも様々でした。職員も何人か参加したところ、会場が思いのほか盛り上がりました。

最後に、恒例の「しあわせなら手をたたこう」を全員で歌って、笑顔で締めくくりました。来場者は、全部で514名でした。

「最新家電と水回りの体験会inクリナップ」が行われました！

６月２日(日)、横浜駅西口にあるクリナップ横浜ショールームにて、最新家電と水回りの設備に触れる体験会が行われました。実際に調理体験ができたのは、三菱電機のＩＨクッキングヒーター「らく楽ＩＨ」、レンジグリル「ＺＩＴＡＮＧ」、ＩＨジャー炊飯器「本炭釜ＫＡＭＡＤＯ」です。いずれも、ボタンを押すと音声で読み上げるほか、今、何を選択しているかの確認ができる音声ナビボタンがついているなど、使いやすいよう配慮されています。ＩＨクッキングヒーターでは、冷たいレトルトご飯にとき卵をよくまぶして、フライパンに入れてから加熱し、パラパラチャーハンを作りました。レンジグリルでは、付属のトレイに焼きそばの麺をほぐして乗せ、その上にカット野菜、豚肉薄切りを乗せて、あとは自動調理におまかせ。レンジからグリルへと自動で切り替わり、加熱が終わったら粉末ソースを混ぜて、焼きそばの出来上がりです。

水回りの設備では、クリナップ製の掃除しやすいシンク「流レール」、タンクにお湯を入れれば自動でフィルターとファンを洗ってくれるレンジフード「洗エール」が展示されました。掃除が大変で、汚れをためてしまいがちなレンジフードですが、この設備はお湯をセットして、洗い終わって出てきた排水を捨てるだけ。簡単に、こまめに掃除することができます。

家電の詳細については、三菱電機お客さま相談センター（電話 0120-139-365）にお問い合わせください。

NEWS お知らせ

プールの水入れ替えのお知らせ

９月10日(火)～９月12日(木)、プールの水入れ替えを行います。

期間中、スポーツ施設がご利用いただけません。ご理解、ご協力くださいますよう、よろしくお願いいたします。

「安全のために声を掛け合いませんか？」

更衣室内や廊下で、利用者同士がぶつかることがありました。廊下や更衣室内、地下更衣室近辺の移動の際など、「これから〇〇方向へ移動します。」や「窓側を歩いています。」などの声掛けに、「どうぞ。」や「今、〇〇しています。」などと呼びかけに答えることで、事故の防止につながると思います。

皆さんで声を掛け合い、安全に利用していただけるようご協力をお願いいたします。

休館日他

◎８月の休館日
５日(月)・11日(日)山の日・12日(月)・19日(月)・26日(月)

〇施設の利用について
◆14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日(土)･24日(土)･25日(日)は終日､４日(日)･18日(日)は午前中、クライミングスクール他センター行事のため、クライミングウォールはご利用いただけません。

〇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。
◆８月３日(土)は、プールの特別利用のため、午前10時から午後３時の間、３コースと４コースはご利用いただけません。
◆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
２日(金)・23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
15日(木)・21日(水)：午前10時15分～12時45分

＜１・２コース＞
・水泳教室
13日(火)・27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

視覚障害者専用プールの開放

日　時：①８月２日(金)～５日(月)
②８月16日(金)～18日(日)
計７日間、いずれも午後１時～４時、無料
場　所：横浜市立盲特別支援学校プール
(神奈川区松見町1-26)
対　象：視覚障害者と家族・介助者
(利用者の安全確保のため、単独歩行ができない幼児・児童・生徒には保護者が付き添うようにお願いいたします)
問　合：盲特別支援学校　夏休み支援事業・プール開放係
電　話：電　話：045(431)1629
ＦＡＸ：045(423)0284

新聞　リーディングサービス（ゆいの会）

目の不自由な方や小さな字が読みにくい方に電話で新聞をお読みします。

サービス内容

朝日、毎日、読売、サンケイ、日経、東京新聞、スポニチの中からお好きな記事をお読みします。

ＦＡＸや郵便で送っていただいた文書をお読みします（書籍、手紙、お知らせ、説明書など、なんでもどうぞ）。辞書等で文字・意味をお調べします（単語、熟語、英語、カタカナ語など）。

料　金：通話料のみで、他には一切かかりません。

受付電話番号：電　話：03(6712)8877

ＦＡＸ：03(6712)8805

受付時間：月～金曜　午前10時から午後４時まで

ただし、祝日・新聞休刊日・年末年始は休みです。

ＮＴＴ東京福祉文化事業団　ゆいの会

（ＮＴＴ女性退職者で組織しています）

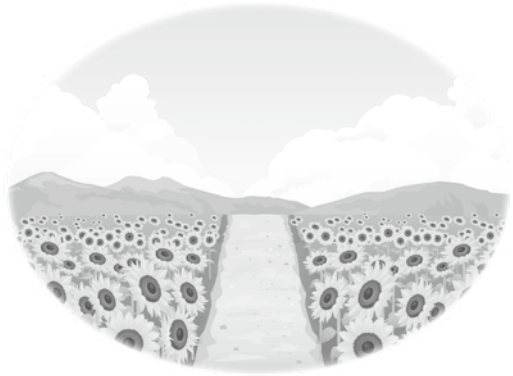
事務局：〒108-0075　東京都港区港南1-9-1

ＮＴＴ品川ツインズ

電　話：03(6712)8803

ＦＡＸ：03(6712)8805

E-mail：yuii2100@guitar.ocn.ne.jp



８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教室	第	2	土	曜日	10 日　前半:10:00～12:00 後半:13:00～15:00
ライトのびのびひろば・キッズヨガ	第	5	土	曜日	31 日　10:45～12:00

＊視覚障害者対象

水泳教室	第	2, 4	火	曜日	13, 27 日　13:50～14:50
アクアビクス教室	第	1, 4	金	曜日	2, 23 日　10:50～11:50
スイムワンポイントレッスン	第	3	水・木	曜日	15, 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	8 日　10:00～12:00 13:00～15:00

＊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, 18, 25 日　10:00～17:00
忍者ＥＸ教室	第	1, 3	火	曜日	6, 20 日　10:30～11:30
肩こり腰痛ケア体操教室	第	2	金	曜日	9 日　10:00～11:00
ＬＣサロン	第	3	水	曜日	21 日　13:00～15:00

＊晴眼者対象

点訳講座	第	1, 4	水	曜日	7, 28 日　13:30～15:30
録音講座（基礎）	第	1	金	曜日	2 日　10:00～12:00
録音講座（応用）	第	4, 5	金	曜日	23, 30 日　10:00～12:00
拡大写本講座	第	1, 3	火	曜日	6, 20 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 にお願いします。

点字図書

書名	著者表示	全巻数
いい女、ふだんブッ散らかしており	阿川　佐和子	3
イザベルに薔薇を	伊集院　静	7
維新と敗戦	先崎　彰容	5
五日市憲法	新井　勝紘	4
宴の前	堂場　瞬一	7
ＮＨＫアインシュタイン・ロマン　第１巻	NHKｱｲﾝｼｭﾀｲﾝ･ﾌﾟﾛｼﾞｪｸﾄ	4
エリザベスの友達	村田　喜代子	3
影ぞ恋しき	葉室　麟	10
かまふじ　vol. 2		1
神さまを待っている	畑野　智美	5
銀河を渡る	沢木　耕太郎	8
さざなみのよる	木皿　泉	3
されど私の可愛い檸檬	舞城　王太郎	3
30センチの冒険	三崎　亜記	7
十三階の神	吉川　英梨	5
昭和を語る	鶴見　俊輔	4
その先の道に消える	中村　文則	4
大名絵師写楽	野口　卓	6
堕天使たちの夜会	福田　和代	6
となりの脳世界	村田　沙耶香	4
トランプのアメリカに住む	吉見　俊哉	5
鳥籠の小娘	千早　茜	1
二十五年後の読書	乙川　優三郎	4
日本型組織の病を考える	村木　厚子	3
猫がいなけりゃ息もできない	村山　由佳	3
猫も老人も、役立たずでけっこう	養老　孟司	2
はつ恋	村山　由佳	2
花咲小路三丁目北角のすばるちゃん	小路　幸也	4
フーガはユーガ	伊坂　幸太郎	4
ふたりみち	山本　幸久	5
フランス座	ビートたけし	2
僕は金になる	桂　望実	4
町の形見	柳　美里	3
冥界からの電話	佐藤　愛子	2
六十歳からの人生	曽野　綾子	3

デイジー図書

書名	著者名	D総時間
味ごよみ	平野　正章	8:45
ＡＩが人間を殺す日	小林　雅一	6:53
ＮＨＫプロフェッショナル仕事の流儀　6	NHK「ﾌﾟﾛﾌｪｯｼｮﾅﾙ」制作班	4:13
ＮＨＫプロフェッショナル仕事の流儀　7	NHK「ﾌﾟﾛﾌｪｯｼｮﾅﾙ」制作班	4:31
男の銘柄	円地　文子	14:01
片隅の美術と文学の話	酒井　忠康	9:24
京都がなぜいちばんなのか	島田　裕巳	6:18
ギリシャ語の時間	ハンガン	5:47
下町ロケット［4］	池井戸　潤	11:52
15時17分、パリ行き	ｱﾝｿﾆｰ・ｻﾄﾞﾗｰ［ほか］	14:13
水槽の中	畑野　智美	7:07
その〈脳科学〉にご用心	サリー・サテル［ほか］	23:21
ダメな統計学	ｱﾚｯｸｽ・ﾗｲﾝﾊｰﾄ	13:53
テヘランからきた男　西田厚総と東芝壊滅	児玉　博	11:08
東京ふしぎ探検隊	河尻　定	6:59
はじめてのこもりうた	神崎　ゆう子	4:09
薔薇断章	尾崎　左永子	2:10
ビッグ・ピボット	ｱﾝﾄﾞﾘｭｰ･S.ｳｨﾝｽﾄﾝ	19:10
ビューティフル・デス	小原　信	14:05
不毛地帯　2	山崎　豊子	19:23
母乳育児のポリティクス	ガブリエル・パーマー	30:41:00
目を覚ませ、お人好しの日本	ビル・トッテン	4:22

拡大図書

書名	著者名	全巻数
大ぼら吹きの城	矢野　隆	4
カスピアン王子のつのぶえ	Ｃ．Ｓ．ルイス	5
過ぎ去りし王国の城	宮部　みゆき	5

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444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121名 女499名
合計620名

しずくの集い

点訳部会　道ノ下　恵子

春の「しずくの集い」は、新入部会員の歓迎と部会の活動を理解する研修及び親睦を目的としています。今年は６月５日(水)に42名の出席で開かれました。

初めに、ライトセンターの所長、情報提供課の職員の皆様、奉仕団委員長のご挨拶を頂きました。

次の新入部会員７名の自己紹介では、「講座では苦労も多かった」「まだまだ勉強を続けなくては」「点訳は楽しい」などのお話があり、先輩からは「点訳はくせになり、終わるとすぐ次をしたくなるの」との言葉もありました。

研修では、ライトセンターの職員が、業務内容について具体的で分かりやすい説明をされました。

途中、部会員のフルートで“糸”の演奏、全員で“花は咲く”の合唱があり、心を癒される、楽しいひとときでした。

その後、テーブルごとに歓談がもたれました。新入部会員の今感じている大変さや、先輩部会員から“糸”の歌詞のように、部会員が協力しあって活動しているので、より長く点訳活動を続けて欲しい等の話が交わされました。

歓談の後、点訳部会のスタッフが、部会の組織、活動内容、活動の流れ、サークル活動等についての説明をしました。点訳部会の全体像や今現在の活動の様子が良く分かり、有意義な時間でした。新入部会員から、もっと技術を磨いてサークル活動などにも広げたいとの力強い言葉が聞かれました。最後に“かけはし”の歌をを斉唱して、閉会となりました。

ライトセンター音楽祭のお手伝いに参加して

在宅者援助部会　森　美枝子

令和元年６月８日(土)、第10回ライトセンター音楽祭が開催されました。

当日は大雨が懸念されましたが不思議と雨は上がっていました。集合場所で職員とボランティアの顔合わせと打ち合わせを済ませ、それぞれの持ち場につきました。私は出演者を舞台袖まで案内する係です。幸いベテランの方と一緒になり、出演者への声かけと誘導を学びました。接し方については講座で習ったものの、いざ人対人となると緊張するもので、10回目ともなると常連の出演者もいて私が誘導されるという場面もありました。また、肘をつかんでもらって案内するのに、私が半袖の服のため、演奏前に汗で不快な思いをさせてしまった事を反省しました。

音楽祭は個人やグループの25組が参加し、大正琴、ピアノ、ギター、ハーモニカ、チェロ、オカリナ、リコーダーやタンバリン、フルート、ウクレレそしてコカリナという珍しい楽器の音色が楽しめました。ジャンルもクラシック、洋楽、昭和歌謡、アニソンなど様々で、合唱や弾き語りは聴きごたえ十分でした。服装もオシャレして、合唱グループはお揃いの衣装だったり、音楽祭への想いが伝わってきました。そして、何よりたくさん練習されたであろう音のひとつひとつが、丁寧で優しく響き感動しました。演目最後の「しあわせなら手をたたこう」の合唱は舞台と客席がひとつになり、来年もまた参加したいと思わせてくれました。

８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～　かけはし編集委員会Ⓐ	週刊読書人　やまゆり
2	金	録・役員会 10:00～　誘・役員会 13:00～　在援・役員会Ⓐ	週刊現代
3	土	録音相談 13:00～	他館
4	日	点訳サークルみなづき 10:30～　ＩＴサポート 13:00～	
5	月	（休館）	
6	火	拡写・連絡会・蔵書 10:00～　録音相談 13:00～	他館
7	水	ＩＴサポート 10:00～　点訳活動窓口 10:30～	ジュニアエラ　ナンバー
8	木	録音雑誌打合せ会 13:00～	週刊読書人
9	金		週刊現代
10	土		交流誌カエル
11	日	（山の日・休館）	
12	月	（振替休日・休館）	
13	火	拡写・連絡会・役員会・蔵書 10:00～	日経マネー
14	水		他館
15	木		週刊読書人
16	金		旅行読売
17	土	録音相談 13:00～	他館
18	日	レク・役員会 11:00～　レク研 13:00～　ＩＴサポート 13:00～	
19	月	（休館）	
20	火	拡写・連絡会・定例会・蔵書 10:00～　録音相談 13:00～	センターだより
21	水	ＩＴサポート 10:00～	ライトこどもクラブ
22	木	広報専門委員会Ⓐ	週刊読書人
23	金	事務局連絡会Ⓐ	週刊現代
24	土		他館
25	日	ＩＴサポート 13:00～	
26	月	（休館）	
27	火	拡写・連絡会・蔵書 10:00～　拡大写本指導者勉強会Ⓐ	他館
28	水	録音相談担当者打合せ会Ⓜ　ＩＴサポート 10:00～　点窓 10:30～　録音講座担当者勉強会 13:00～	栄養と料理　ナンバー
29	木	かけはし編集委員会Ⓐ	週刊読書人
30	金		文学界
31	土	録音相談 13:00～	他館