

 <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>	<b>神奈川県ライトセンター</b> 〒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 視 聴・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】 <a href="http://www.kanagawalc.org">http://www.kanagawalc.org</a> 【E-mail】 <a href="mailto:mail@kanagawalc.org">mail@kanagawalc.org</a>
		<p>3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がい者の福祉施設です。

## 参加者募集

### 3月のスポーツ教室

対象は、県内在住・在勤・在学いずれかの視覚障がい者です。

すべての教室は定員15人、最少開催人数は5人です。

#### 1 ローインパクトエアロビクス教室

日 時：3月6日(金) 午前10時30分～11時30分

会 場：2階 視聴覚室

#### 2 水泳教室

日 時：3月10日(火) 午後1時～2時30分

会 場：アサンテ スポーツパーク

(県立スポーツセンター) プール

#### 3 いきいき筋力アップ教室

日 時：3月13日(金) 午前10時30分～11時30分

会 場：2階 第1講習室A B

申込・問合せ：事業課スポーツ担当

電話 045(364)0025

## 対面型サロン「ライトなんでもアリーナ！」

ライトセンターに集まって交流する会を定期的に行っています。(オンラインでの「LCサロン」とは別の会です)

見えない、見えにくいことによる不安や困り事、また、生活上の工夫や楽しみ事など、自由におしゃべりしたり、簡単なゲームや歌など、集まった人たちで楽しく過ごす時間です。

お申し込みは不要です。お気軽にご参加ください。

日 時：3月27日(金) 午後1時～3時

(出入り自由)

会 場：2階 視聴覚室

対 象：県内在住・在勤・在学いずれかの視覚障がい者・家族・支援者・ボランティア

定 員：20人程度

問合せ：事業課支援係

電話 045(364)0024

## 第1回視覚障がい援助ボランティア入門講座

視覚障がい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：4月9日～4月23日

毎週木曜日 全3コマ

午後1時30分～3時30分(1コマ2時間)

会 場：2階 第1講習室A B C

対 象：県内在住、在勤、在学のいずれかの16歳以上の方で神奈川県内での視覚障がい援助ボランティア活動を希望する方

定 員：50人

締 切：4月2日(木)

申 込：講座名・郵便番号・住所・氏名(フリガナ)・電話番号・年齢を明記し、メールでお申し込みください。

宛 先：事業課講座担当

メール [kouza0023@kanagawalc.org](mailto:kouza0023@kanagawalc.org)

※詳しくは、ホームページをご覧ください。

## 報 告

### 人事異動

退 職 1月31日付

事業課 おのおの 大野 とある 徹

## NEWS お知らせ

## リクエスト図書の製作について

皆さまからいただいたリクエストにつきまして、選書委員会で検討の結果、以下5タイトルの製作を決定いたしました。

## ●点字図書

「鎌倉湘南2022 地図で歩く26コース」  
JTBパブリッシング

## ●録音図書

「アイギス」  
はやまとおる 著  
葉山 透 著  
「おひとりさま<老後生活>安心便利帳2026年版  
—老後に知るべき92項目を解説!—」  
ふそうしゃ 扶桑社

## ●テキストデジター図書

「韓国、男子—その困難さの感情史—」  
チェ テソプ 著, 小山内 園子, すんみ 訳  
「経済学者のすごい思考法  
—子育て、投資から臓器移植、紛争解決まで—」  
エリック・アングナー 著, 遠藤 真美 訳

ライトセンターでは、製作する図書のリクエストを皆さまから受け付けています。いただいたリクエストは、選書の候補として選書委員会に諮らせていただきます。

製作が決定した図書はライトセンターだよりに掲載いたしますので、ご確認ください。

製作完了時にリクエストされた方へ貸出希望の有無を確認させていただきます。

ただし、テキストデジター図書は、CDでのお貸出しはできませんので、サピエ図書館からダウンロードしてご利用ください。

ライトセンターで発行している点字雑誌の紹介  
「ku:nel(クウネル)」

センターでは、「ライトセンターだより」以外に4種類の点字雑誌を発行しています。

今回はその中から「ku:nel(クウネル)」(隔月刊、マガジンハウス発行)を紹介します。

「クウネル」は、生活の基本である「くう・ねる」

を中心に、ゆったりとしたライフスタイルを提案する生活情報誌です。ファッション、ビューティ、インテリア、旅行、料理、読書など幅広いジャンルを取り上げ、特集記事を中心に構成されています。

最近の特集は「人生を豊かにする言葉の力」、「住まいを整えて人生をリセットする」、「フランス人の装い方・暮らし方」、「くつろげる部屋が好き」などです。

その他に、島田順子、松浦弥太郎、ヤマザキマリのエッセイや、クウネル世代の人たちが愛用している逸品の紹介「心ときめく『マイ定番』」が連載されています。

貸出は順番に行っています。サピエ図書館からのダウンロードも可能です。ぜひ一度読んでみてください。

貸出を希望される方は、お問合せください。

問合せ：総務課情報提供係

電話 045(364)0022

## 休 館 日 他

## ◎3月の休館日

2日(月)・9日(月)・16日(月)  
20日(金)春分の日・23日(月)・30日(月)

## ○施設の利用について

◆11日(水)は施設整備日のため、図書事務室・スポーツ施設・卓球室・多目的室1・用具コーナーはご利用いただけません。

## 📧 ぽすと

## レッツ! エンジョイ「みんなで歌おう!」

スポーツ・レクリエーション部会では、ともに歌を楽しむ「みんなで歌おう!」を開催しています。童謡、唱歌、歌謡曲、フォークソングなどいろんなジャンルの歌を楽しんでいます。春を感じる歌や過ごしてきたあの頃を思い出すような曲を聴いたり、歌ったりしませんか? 歌って笑い合って、レッツ! エンジョイ!

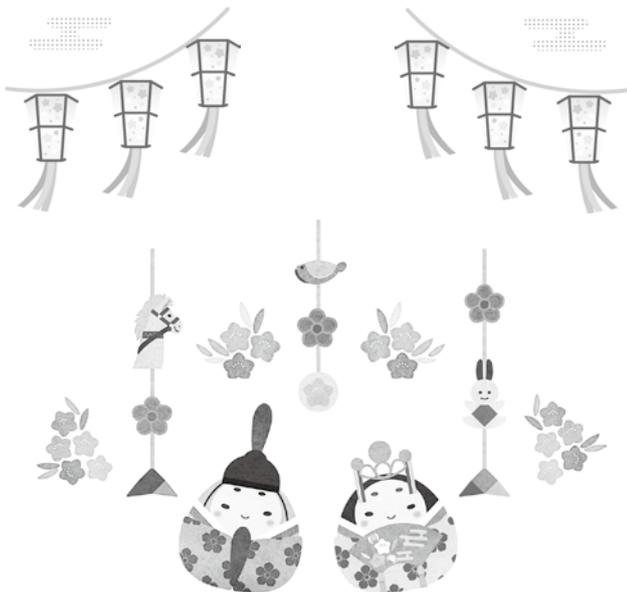
日時：3月5日(木) 午後1時～3時  
 会場：2階 視聴覚室  
 持ち物：飲み物  
 申込：2月19日(木)～3月4日(水)  
 奉仕団事務局 電話 045(364)0026

## レッツ! エンジョイ・レク

スポーツ・レクリエーション部会では、ともに体を動かして楽しむレクリエーションの機会を増やすために、月1回「レッツ!エンジョイ・レク」を開催しています。

3月は「元気いっぱいリズム」です。ヨガピラティスで元気パワーを送って下さる草場恵理先生と共に過ごして、みんなで笑って自分の重みを味わい身体を動かしましょう!

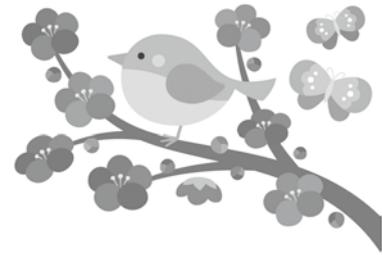
日時：3月14日(土) 午後1時～3時  
 会場：2階 第1講習室ABC  
 講師：草場 恵理氏  
 対象：県内在住・在勤・在学いずれかの視覚障がい者・介助者・視援奉団員  
 持ち物：飲み物、タオル  
 申込：2月19日(木)～3月13日(金)  
 奉仕団事務局 電話 045(364)0026



## ミニウォーク 「多摩川ふれあいロードと川崎大師」

今回は京急川崎駅から多摩川の堤防に造られた「ふれあいロード」と川崎大師までのコースです。春間近の多摩川河口付近の様子を感じながら歩き、最後は川崎大師の門前通りと境内を散策します。

日時：3月25日(水)  
 集合：京急川崎駅中央口改札 午前9時  
 解散：京急川崎大師駅 午前11時30分  
 行程：京急川崎駅→六郷橋→川崎河港水門→大師の渡し碑→東門前駅→川崎大師→京急川崎大師駅  
 定員：視覚障がい者10人、晴眼者20人  
 応募者多数の場合は抽選  
 申込：2月18日(水)～3月7日(土)まで  
 奉仕団事務局 電話 045(364)0026



### 次号センターだよりのお知らせ

令和8年3月17日(第3火曜日) 発送予定

### 3月行事予定表

**\*視覚障がい者対象**

ローインパクト エアロビクス教室 第1 金曜日 6日 10:30～11:30

水泳教室 (県立スポーツセンター) 第2 火曜日 10日 13:00～14:30

いきいき筋力アップ教室 第2 金曜日 13日 10:30～11:30

**\*視覚障がい者・介助者対象**

対面型サロンライト なんでもアリーナ 第4 金曜日 27日 13:00～15:00

**\*晴眼者対象**

第4回視覚障がい援助 ボランティア入門講座 第1 金曜日 6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わせください

新たに加盟した蔵書の紹介

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	全巻数
アメリカは自由をどう歌ってきたか	河野 勝	3
エースくんとヨバンさん	石川 真衣	1
介護格差	結城 康博	4
子ども心はバイオリンを奏できるように	正木 和枝	3
これからの社会を考えるための科学講義	池内 了	4
酒場とコロナ	大竹 聡 著 衛藤 キヨコ 写真	4
雑草と恋愛	群 ようこ	3
ジェリコの製本職人	ピップ・ウィリアムズ 著 最所 篤子 訳	9
寂聴先生が残してくれたもの	瀬尾 まなほ	3
白い拷問	ナルグス・モハンマディ 著 星 薫子 訳	5
人生を変える睡眠術	ヒラノ マリ	3
ズィーラーン国伝 1	ローズアン・A. ブラウン 作 三辺 律子 訳	5
タクトは踊る	中丸 美繪	8
タワマン理事長	竹中 信勝	2
どうしたらいいかわからない時代に僕が中高生に言いたいこと	内田 樹	1
読書の裏側	松岡 正剛	6
トコちゃん物語	加藤 登紀子	2
流れのままに旅をする。	Bappa Shota	3
8がけ社会	朝日新聞取材班	4
半信半疑のリテラシー	プチ 鹿島	3
ピアノへの旅	坂本 龍一	4
ふたたび歩き出すとき東京の台所	大平 一枝	3
本をともす	小谷 輝之	3
まさきの虎	濱野 京子 作 こうの 史代 絵	2
元自衛官が語る災害派遣のリアル	武若 雅哉	3
ラジオの、光と闇	高橋 源一郎	4
列車で越える世界の緊迫国境	小牟田 哲彦	5
60代から女は好き勝手くらいがちょうどいい	中尾 ミエ 和田 秀樹	2
私が決める、私の幸せ	大畑 典子	3
私の同行二人	黛 まどか	3

デージー図書

書名	著者名	D総時間
天の橋立殺人事件	山村 美紗	5:50
運命の時刻表	斎藤 栄	5:08
きみの人生はきみのもの	谷口 真由美 荻上 チキ	2:48
心の夜想曲	遠藤 周作	4:48
災禍の神話学	沖田 瑞穂	6:57
死神うどんカフェ1号店 別腹編☆	石川 宏千花	5:08
政治家石橋湛山	鈴村 裕輔	14:42
なぜ私たちは友だちをつくるのか	ロビン・ダンバー 著 吉嶺 英美 訳	25:14
森有正全集 11	森 有正	17:22
ユーミンの歌声はなぜ心を揺さぶるのか	武部 聡志 著 門間 雄介 取材・構成	5:43

テキストデージー図書 (利用はサピエからのみ)

書名	著者名	ページ数
夏蜜柑とソクラテス	新井 紀子	223

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」はデージーの総録音時間の略です。



サピエ図書館の人気図書(2026.01.13 時点)

【デージー図書】

書名	著者名	D総時間
1 ルボ高齢者のセックス	中山 美里	7:15
2 支援捜査	南 英男	8:55
3 公務執行の罨	前川 裕	8:46
4 すごい足踏み	菊池 守	2:26
5 穴二落チタ兔	更 波月	4:46

【点字図書】

書名	著者名	全巻数
1 自然治癒力を引き出す	伊藤 壽記	3
2 科学的思考トレーニング	牧 兼充	3
3 課長はヒミツの御曹司	あかし 瑞穂	5
4 予幻	大沢 在昌	8
5 何かがおかしい	森田 洋之	3