

2021
May

YRS
ユアーズ
社会福祉法人
横浜市リハビリテーション事業団

障害者スポーツ文化センター

横浜 **ラポール**
Yokohama
Rapport

5月号
vol.293

ラポール
Yokohama Rapport News

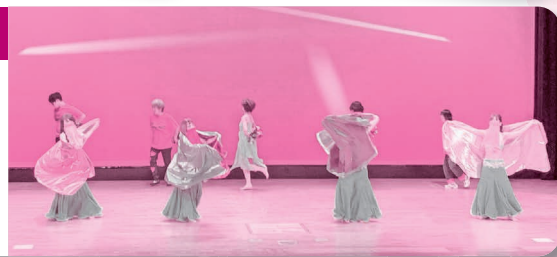
横浜ラポール芸術市場 出演者・出展者 募集

障害のある方による文化活動の発表の場として、恒例イベントとなった「横浜ラポール芸術市場」も今年で28回目を迎えます。これまでも、舞台の部ではコーラスやダンス、和太鼓などさまざまなジャンルの発表が開催されました。また美術展の部では、絵画や書など多くの方々がこの芸術市場に出展をしています。今年も多くの作品やさまざまなパフォーマンスを募集します。あなたにしかできないあなただけの表現をお待ちしています。



舞台の部

- **日 程**：11月初旬～12月中旬の期間内で調整します。（5公演を予定）
- **対 象**：障害のある方が1人以上登録して活動しているグループ、サークルおよび障害のある方
- **申 込**：6月30日（水）必着
※専用の申込書があります。ご希望の方は文化担当までお問い合わせください。



美術展の部

- **日 程**：令和4年1月22日（土）～29日（土）
- **応募資格**：障害のある方、障害のある方を含むグループ
- **作品のジャンル**：絵画・写真・書・立体造形（オリジナル作品に限る）
- **テ マ**：「よこはま」または自由
- **申 込**：11月15日（月）必着
※詳しくは、「ラポール美術展申込要項」をご覧ください。

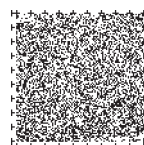
5月の
主な催し

- ☐ わくわくロビータイム 1日（土）
- ☒ ハマビック「陸上競技」（三ツ沢公園陸上競技場） 5日（水・祝）
- ☐ ラポールファクトリー 8日（土）
- ☐ パソコン・スマホ・タブレット相談会 8日（土）
- ☐ おもちゃ病院 13日（木）

※この他にも、行事や教室を開催します。

- ☐ ラポールシアターでピアノを弾いてみませんか？ 17日（月）
- ☐ 工作ひろば 22日（土）
- ☐ トーク&ライブ「みんなの二十歳（はたち）。私たちのあの頃、今、これから。」 29日（土）

■ スポーツ □ 文化





ラポールの魅力再発見！～フィットネスルーム編～ Part2

今回もフィットネスルームのご紹介です。

特徴的なマシン

通称ペダリングマシンは、自動でペダルが動きます。膝・股関節周辺の筋肉を動かすことで血流を良くし、むくみを解消したり、身体が温まるなどの効果も期待できます。

他にも、手を使ってハンドルを回し、有酸素運動が行える通称手漕ぎマシンがあります。どちらも車いすに乗ったまま使用することができますので、ぜひお試しください！



表示の工夫

自主的に運動が行えるように、機器に番号をつけ、鍛えたい部分の表示を工夫しています。また、初めて運動をする方や、介護の方と一緒に利用する方でも安心してトレーニングができるよう、写真やイラストを使った分かりやすい簡易メニューを作成しています。ご利用の際は、スポーツ指導員にお声がけください。

フィットネスルームの紹介動画を作成しました。ご覧ください！⇒



①
ふともも
(まえ)



表示例

※フィットネスルーム以外でも、「できるかな?」「やってみたいな!」と思っているスポーツがありましたら、お気軽にスポーツ指導員にご相談ください。

音楽を使ってからだを動かそう！

体を動かす楽しさを知り、いろいろな動きを体験することを目的に開催します。

対象	療育手帳をお持ちで、個別支援級在籍の小学5・6年生
日時	説明会 6月5日(土) 14:00～15:00 実施日 6月12日・19日・26日・7月3日・10日・17日(いずれも土曜日) 10:00～11:00
定員	15人(定員を超えた場合は抽選)
参加費	1,800円
申込期間	5月6日(木)～27日(木)

※小学1・2年生、3・4年生クラスも順次開催予定です。

スポーツをはじめよう！

家族や仲間と一緒にポッチャを体験します。

対象	身体障害者手帳をお持ちの小学1年生～中学3年生
日程	6月12日、7月10日、8月14日、9月11日、10月9日、11月13日、12月11日、令和4年1月8日、2月12日、3月12日(いずれも土曜日)
時間	15:30～17:00
定員	各回8組程度
参加費	1回300円
申込	5月6日(木)～各回実施日の1週間前まで ※途中参加、全日程の参加が難しくても申し込みができます。

スポーツ教室の申込方法

申込用紙にご記入の上、1階総合受付でお申し込みください。なお、直接申込みが困難な場合は、郵送でも受け付けます。(申込用紙は、1階総合受付横パンフレットコーナーにあります。または、ホームページから印刷してご利用ください)



おもちゃ図書館からのお知らせ



わくわくロビータイム

ボランティアによるパネルシアターなど。5月生まれの方のお誕生祝いもします。

日時：5月1日(土) 12:00～12:30
会場：1階ロビー
入場料：無料

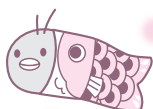
ラポールおもちゃ病院

要申込

ボランティアのおもちゃドクターが無料(部品代は依頼者負担)で修理をします。障害のある方のみ受け付けます。

日時：5月13日(木) 10:00～15:00 会場：3階 ラポール座
申込：事前申込(障害のある方のみ) 定数(20点)になり次第締切(1人1点、1施設2点まで)
協力：ワイワイおもちゃドクターズ

要申込 おもちゃ図書館事業の申込方法 おもちゃ図書館へ直接または、電話で受付。(受付時間 9:30～16:00)



施設利用休止のお知らせ

下記施設で、震災対策による大規模修繕工事を行う予定です。

施設	休止期間
メインアリーナ・サブアリーナ・STT室・100m走路・ウォーキングコース・ミーティングルーム	5月10日～令和4年3月末日(予定)
大会議室	6月1日～11月30日 9:30～17:00

地下グラウンドで、コンクリート片の落下が確認されました。安全確認が取れるまで、全面を利用休止とさせていただきます。詳細が分かり次第、ホームページなどへの掲載にてお知らせします。

施設

トラック・アーチェリー場・ローンボウルス場・バウンドテニスコート

皆様にはご不便・ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

ラポールファクトリー

今回の公演は、マジックと腹話術をお送りします。

- 日 時：5月8日(土)
12:20~12:50
■会 場：1階 ロビー
■参加費：無料
■出 演：キャサリン野村、
ペガサス成沢



工作ひろば vol.68 クルクルかざぐるま

色紙でベル型のかざぐるまを作ります。

- 日 時：5月22日(土)
13:00~16:00(15:30受付終了)
■会 場：2階 創作工房
■対 象：年齢を問わず障害のある方、発
達性障害のあるお子さんとその
保護者・介護人
■参加費：無料 ※先着30セット



パソコン・スマホ・タブレット 相談会

パソコンやスマートフォン、**要申込**
タブレットなどの操作や購入で困ってい
ることはありませんか。パソコンボラン
ティアが丁寧にお答えします。

- 日 時：5月8日(土)
①13:30~14:10 ②14:15~14:55
③15:00~15:40 ④15:45~16:30
■会 場：2階 大会議室
■対 象：障害のある方とその家族・介護人
■定 員：各回2人
■参加費：無料
■申 込：4月30日(金)必着 ※先着順
■協 力：ドリームナビゲーター横浜

トーク&ライブ 「みんなの二十歳(はたち)。私たちのあの頃、今、これから。」

2021年1月、予定されていた成人式が開催されず寂しい思いをされた**要申込**
方も多くいらしたのではないのでしょうか。今回、「二十歳(はたち)」をテーマに、障
害のあるご本人、障害のある方の育ちを見守ってきた保護者の方のお話を伺います。
また、障害のある方によるライブコンサートも行います。別室では、撮影会(要予約)
を行います。詳細は、ラポールホームページやチラシをご覧ください。

- 日 時：5月29日(土) 10:30~12:00
■会 場：ラポールシアター
■対 象：障害のある方とそのご家族、支援者
■定 員：150人 ※定員になり次第締切
■入場料：無料
■出 演：横浜市心身障害児者を守る会連盟 坂田信子、
Jazzユニット「サファリパークDuo」(予定)、永井邦子(同会)
■協 力：横浜市中心身障害児者を守る会連盟

Loveフォト 家族の記念撮影会

- フォトグラファー 後藤 **要申込**
京子さんによる撮影会です。
■日 時：5月29日(土) 10:00~16:00
■会 場：ラポールボックス
■対 象：障害のある方とそのご家族
(二十歳の方優先)
■定 員：15組 定員になり次第締切
■参加費：一組1,000円

創作工房からのお知らせ

~ w a k u w a k u 創作工房 ~

絵画サロン

アドバイザーからの指導を受けながら、
水彩画の絵画制作に取り組めるサロン
形式のプログラムです。

- 日 時：5月12日(水)
10:30~12:00、13:00~16:00
(受付は終了時間の30分前まで)
●対 象：主に15歳以上の障害のある方 先着順
●参加費：300円 ●講 師：はやし まき

図工の時間

要申込

~ ガラスの風鈴を作ろう ~

- 日 時：5月15日(土) 13:00~14:30
●対 象：中学生以上の障害のある方
●定 員：15人(介護人含む)
●参加費：500円
●申 込：5月1日(土) 必着
※応募多数の場合は抽選
●講 師：穴澤 秀隆



ものづくり広場

要申込

~ スポーツの箱庭づくり ~

- 身近な材料で工作をするプログラムです。
●日 時：5月23日(日) 10:00~11:30
●対 象：高校生以上の障害のある方
●定 員：15人(介護人含む) ●参加費：500円
●申 込：5月9日(日) 必着
※応募多数の場合は抽選
●講 師：佐藤 圭子

※介助が必要な方は、ご同伴をお願いします。 ※5月15日(土)、23日(日)は個人利用できません。

横浜ダンスパラダイス特別企画 横浜ラポールワークショップ

この夏、開催予定のダンスフェスティバル Dance Dance Dance @ YOKOHAMA の市民参加事業「横浜ダンスパラダイス」出演を前提とし
たワークショップを行います。発表で使用するプログラムの振付指導からステージ出演まで、ダンスの楽しさを体感できるワークショップです。

- 日 時：7月11日(日)、17日(土)(全2回) 13:00~15:00
■会 場：ラポールボックス
■対 象：体を動かすことが好きな障害のある方で、
8月9日(月・振休)のステージ出演が可能な方(年齢不問)
(出演会場：クイーンズスクエア横浜 クイーンズサークル)
■定 員：15名 ■参加費：無料
■申 込：氏名、生年月日、住所、電話番号、障害名を記入の上、
下記のメールアドレスまで送信してください。
応募先メールアドレス：wsdp@dance-yokohama.jp
■講 師：ダンスカンパニー・コンドルズ 近藤良平

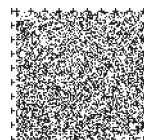


※横浜ダンスパラダイスとは……市内各所のオープンスペ
ースで開催する観覧無料のダンスステージです。

要申込 文化教室・イベントの申込方法

横浜ラポールへ直接または、はがき・FAXで。①ご希望の講座・イベント名 ②氏名(フリガナ) ③郵便番号・住所 ④年齢 ⑤性
別 ⑥電話(FAX) 番号⑦障害の有無(内容)をご記入の上、横浜ラポール文化担当R係まで。視覚障害者のみ電話申し込み可。結
果は原則として代表の方に郵送します。

要申込 のないものは、申込不要です。直接会場にお越しください。



横浜ラポール 聴覚障害者情報提供施設からのお知らせ

● 聴覚障害者相談とは？

聴覚障害者相談員が日常生活の各種相談に応じ、関係機関と協力して適切な援助を行います。
聴覚障害者（ろう者、中途失聴、難聴者）本人からの相談や、家族、職場、関係機関からの
ご相談もお受けします。



【ご利用の一例】

- ◇医 療……医療費の助成について知りたい。
- ◇職 業……雇用保険の手続きをしたい。職場でのトラブルで悩んでいる。
- ◇教 育……幼稚園や学校の申込み、入学手続きについて知りたい。しつけや非行で困っている。
- ◇住 宅……住宅関係の手続きがわからない。市営、県営住宅に入居申込みをしたい。
- ◇生 活……郵便物の内容がわからない。粗大ごみの処分方法がわからない。
- ◇福 祉……福祉サービスの申請方法を知りたい。（FAX・補聴器・各種減免）
- ◇法 律……遺産相続の手続きや金銭トラブルについて相談したい。
- ◇聞こえ……聞こえにくくなってきて困っている。

- 対 象：横浜市在住の聴覚障害者
- 費 用：無料
- 場 所：横浜ラポール
聴覚障害者情報提供施設（訪問も可能です）
- 日 時：月～金曜日
9:00～17:00
※時間外および土曜、日曜、祝日は応相談
- 守秘義務：業務上知り得た秘密、個人情報は守られます。安心してご相談ください。



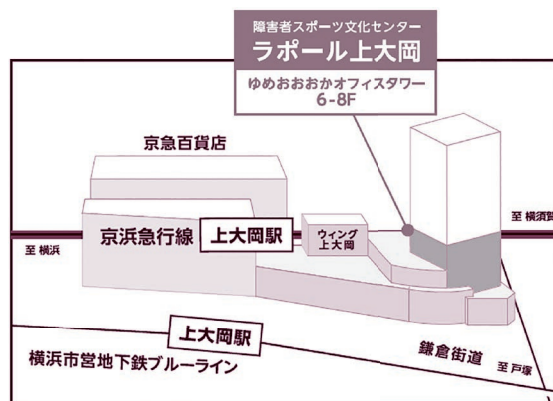
<問合せ> 横浜ラポール聴覚障害者情報提供施設
TEL.045-475-2057
FAX.045-475-2059

障害者スポーツ文化センター



のご案内

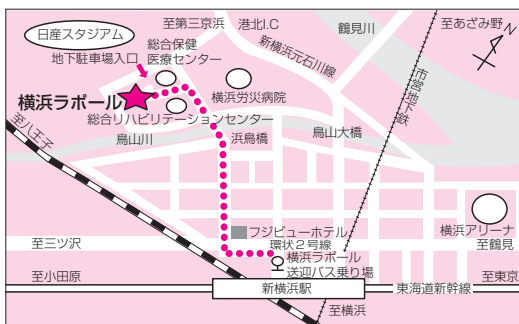
- 利用案内 TEL.045-840-2151 FAX.045-840-2157
- 開館時間 月・水～土曜 9:30～21:00
日曜・祝日 9:30～17:00
- 休 館 日 毎週火曜日、年末年始
- ホームページ <https://www.yrsrapport.or.jp/>
情報発信サイト“ラポール For Smile”をチェック！⇒
- 交 通 京浜急行・市営地下鉄「上大岡駅」下車
「ゆめおおおかオフィスタワー」2階のメインエントランスより、
低層用エレベーターで7階へお上がりください。
※車でご来館される場合は、ゆめおおおかオフィスタワーの地下
駐車場（有料）等をご利用ください。なお、駐車場料金の減免
等はありません。



● 横浜ラポールのご案内 ●

- 利用案内
TEL.045-475-2001
FAX.045-475-2053
貸切施設予約
TEL・FAX.045-475-2002
- 開館時間
月～土曜 9:30～21:00
日曜・祝日 9:30～17:00
※各施設の利用時間についてはあらかじめご確認ください。
- 休 館 日
毎月第2火曜日、年末年始

- 交 通
JR・市営地下鉄新横浜駅から 徒歩約10分
新横浜駅からリフト付き送迎バスを運行（無料）
●障害者優先にご協力をお願いします。

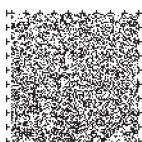


■ 送迎バス時刻表（新横浜駅⇔横浜ラポール）

新横浜駅発	月～土			時 間	日・祝日		
			40	8	45		
	40	20	00	9	00	20	40
		30	00	10～14	00	30	
	45	30	00	15	00	30	
	45	30	15	16	00	30	
		30	15	17			
		30	00	18～20			

（注）横浜ラポールの休館日は別ダイヤとなります。

横浜ラポール発	月～土				時 間		日・祝日		
		50	30	10	9		10	30	50
			50	20	10～14		20	50	
		50	35	20	15		20	50	
	50	35	20	05	16		20	45	
	50	35	20	05	17		15	35	
			50	20	18～19				
			45	20					
			35	15	21				



障害者スポーツ文化センター 横浜ラポール
〒222-0035 横浜市港北区鳥山町1752番地

障害者スポーツ文化センター ラポール上大岡
〒233-0002 横浜市港南区上大岡西1-6-1
ゆめおおおかオフィスタワー6～8F