

2023

April

YRS

ユアース

社会福祉法人

横浜市リハビリテーション事業団

ラポール

Yokohama Rapport News

障害者スポーツ文化センター

横浜
Yokohama
Rapport

ラポール

4月号
vol.316

楽しく体を動かしてみませんか ～子ども編～

横浜ラポールでは、年齢や障害に合わせて楽しみながら体を動かすさまざまなプログラムを開催しています。

子どもを対象としたプログラムには、「運動あそび広場」「スポーツ広場」「ウェルネスプログラム」の3つがあります。

親子でトランポリンやいろいろな体の動きを組み合わせたコースを自由に選択できる「運動あそび広場」、スポーツ指導員と内容や手順を確認しながらスポーツを行う「スポーツ広場」、また運動プログラムに加え、健康・栄養面の情報提供などを行い健康づくり支援を目的とした「ウェルネスプログラム」があります。（詳細は2ページをご覧ください。）

昨年度から始まったプログラムですが、運動中「上手くなったね!」や「できるようになったね!!」など、多くの新しい発見がありました。

また、プログラムでは運動を経験するだけでなく、ラポールの利用方法、イベントの紹介も随時行っています。

余暇活動を楽しんだり、体を動かすきっかけとして皆さんの参加をお待ちしています。



運動あそび広場



ウェルネス



ウェルネス

運動あそび広場



運動あそび広場



ウェルネス

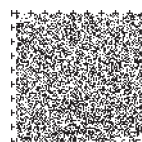


4月の主な催し

- 第5回 日本財団 DIVERSITY IN THE ARTS 公募展 3月29日(水)～4月2日(日)
- ピアノを弾いてみませんか? 3日(月)
- DANCE@RAPPORT 世界自閉症啓発デースペシャル 8日(土)
- ピアノを弾いてみませんか? 12日(水)
- おもちゃ病院 13日(木)

- 運動あそび広場(知的・発達) 15日(土)
- ウェルネスプログラム(知的・発達)
- 工作ひろば 22日(土)
- LOVEフォト撮影会
- のびのび月曜日 in ラポール 24日(月)
- ピアノを弾いてみませんか? 24日(月)
- 杉山兄弟のスーパーシャボン玉ショー 29日(土・祝)

■ スポーツ □ 文化



施設利用の変更について

1. プールの利用枠を拡大します。

区分	時 間	対 象		
		月～金	土曜日	日曜・祝日
午前	9:40～10:50	個人	個人	個人
	11:00～11:50	個人・団体 (1団体) ※6月水抜き清掃後 ～9月末を除く	個人	個人
点検・消毒 11:50～13:00				
午後	13:00～13:50	個人	個人	個人
	14:00～14:50	個人	個人	団体
	15:00～15:50	個人	個人	団体
	16:00～16:50	団体	団体	団体
夕方	17:00～17:50	団体	団体	
夜間	18:00～18:50	団体	団体	
	19:00～19:50	個人・団体 (1団体)	個人・団体 (1団体)	
	20:00～20:50	個人・団体 (1団体)	個人・団体 (1団体)	

※団体は一日1枠まで、火曜日夜間は全面利用の団体のみ。

2. 団体利用料金返金の扱いについて

新型コロナウイルス感染対応を理由とする団体利用のキャンセルについては、これまで返金の対象としてきましたが、令和5年度からは従来通りの対応とし、返金の対象となりませんので、ご了承ください。

スポーツ広場（知的・発達）

さまざまなスポーツや、サーキット運動、跳ぶ・投げるなどのスポーツにつながる運動ができます。スポーツ指導員が案内する流れにそって、いろいろな種目を体験しましょう！

対 象	知的・発達障害のある小学生
日 程	1期:5～10月、2期:11月～令和6年3月 いずれも第1土曜日
時 間	10:30～11:15
会 場	サブアリーナ
定 員	10人
参 加 費	無料
申 込	各期の2週間前まで

スポーツ教室の申込方法

開催要項を確認し、申込用紙にご記入の上、次の方法でお申し込みください。①1階総合受付 ②メール (rapo-kodomo@yokohama-rt.jp) ③郵送
(開催要項と申込用紙は、1階総合受付横パンフレットコーナーにあります。また、ホームページからもダウンロードできます)

運動あそび広場（知的・発達）

トランポリンなどを使ってや跳ぶ・くぐる・わたるなどの運動あそびができます。好きなものを選んで親子で楽しく体を動かしましょう！

対 象	知的・発達障害のある小学生
日 程	1期:4～8月、2期:10月～令和6年3月 いずれも第3土曜日
時 間	10:30～11:15
会 場	サブアリーナ
定 員	10人
参 加 費	無料
申 込	各期の2週間前まで

運動あそび広場（肢体）

家族と一緒に大型トランポリンやスポーツで体を動かしましょう！

対 象	肢体に障害のある小学生から高校生
日 程	1期:5～9月、2期:10月～令和6年3月 いずれも第2土曜日
時 間	10:30～11:30
会 場	サブアリーナ
定 員	10人
参 加 費	無料
申 込	各期の2週間前まで

ウェルネスプログラム（知的・発達）

音楽に合わせて体を動かしたり、健康・栄養の講座を聞くなど、健康づくりのためのプログラムです。

対 象	知的・発達障害のある中学生から高校生
日 程	4月～令和6年3月 第4土曜日 ※5月・10月は開催なし、9月は第5土曜日
時 間	10:30～11:30
会 場	サブアリーナ
定 員	15人
参 加 費	1回300円
申 込	4月8日(土)まで

「こころの絵カードの世界」展 ～その道の向こうへ～



作者プロフィール

立体・イラスト作家
杉本 聖奈(すぎもとまりな)

■日 時: 4月13日(木)～20日(木) 10:00～16:00 ※18日(火)は休館
■会 場: ラポール上大岡8階「展示コーナー」(原画50点以上展示)
■入場料: 無料

みなさん、こんにちは。杉本聖奈です。

私は聴覚障がいです。手話、筆談、UDトークなどを使って会話をします。それでも足りなくて、人の繋がりを大切に、そしてその先にある道の向こうを知るために、沢山のイラストを描いて来ました。

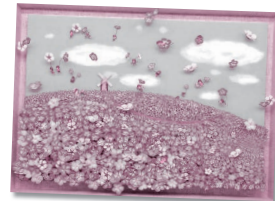
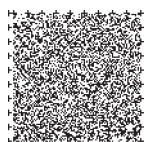
それがイラスト作家になった始まりです。

私は鉄道や旅が大好きです。そこで出会った小さな草花も、目に焼き付けます。頭の中から飛び出した「大切な一瞬」は、にぎやかで、静かで、目を閉じれば沢山の色のざわめきの中にいます。どんな小さな事でも皆さんと共感したい。いつもそう願っています。

私の立体イラストは、緻密なパーツで仕上がっています。

それは、日常の何気ない時空間が、新しい「コトバ」として積み上がっていくからです。

これからも「つかまえた大切な一瞬」を表現する創作活動を続けて行こうと思います。



ラポールシアターでピアノを弾いてみませんか？

横浜ラポールシアターのステージで、あなただけの素敵な音色を響かせてみませんか？
ピアノ以外の楽器の演奏や合奏・歌唱もできます。

■日 程：4月3日(月)・12日(水)・24日(月)、
5月10日(水)・29日(月)

■利用時間：① 9:40～10:40 ② 10:50～11:50
③ 12:00～13:00 ④ 13:10～14:10
⑤ 14:20～15:20 ⑥ 15:30～16:30
⑦ 16:40～17:40 ⑧ 17:50～18:50
※最大2枠まで

■対 象：障害のある方とその介護人

■参加費：1時間1,000円(横浜ラポール利用登録済みの方)
1時間2,000円(利用未登録の方)

■申 込：利用日の1週間前まで ※先着順

(要申込)

DANCE@RAPPORT 世界自閉症啓発ダンススペシャル

ラポールシアターのダンスフロアで踊ろう!! DJの流す音と照明に合わせて自由に体を動かしましょう。

■日 時：4月8日(土) 13:30～15:30

■会 場：ラポールシアター

■対 象：障害のある方とその家族、介護人

■定 員：80人

■参加費：無料

■申 込：定員になり次第締切 ※先着順

(要申込)

工作ひろば vol.84 かんたんこいのぼり

簡単にできる季節の工作を楽しみましょう。

■日 時：4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、発達に心配のあるお子さんとその保護者・介護人

■参加費：無料
※材料がなくなり次第終了

LOVEフォト撮影会

障がいのあるお子さんご家族の写真を撮り続けているフォトグラファー、後藤京子さんの撮影会です。

■日 時：4月22日(土)
① 13:10～ ② 13:50～
③ 14:30～

■会 場：ラポール座

■対 象：障害のある方とその家族

■定 員：各回1組

■参加費：無料

■撮影料：3,000円
(20カット、後日データ渡し)

■申 込：後藤京子さんへ直接メールにて
(smile06202525@yahoo.co.jp)

(要申込)

のびのび月曜日inラポール

子育て奮闘中のママたちのオアシスをめざす広場です。一緒に遊んだり、先輩ママやボランティアとおしゃべりしたり、気分転換をしてみませんか？

■日 時：4月24日(月)
10:00～11:30

■会 場：2階 和室

■対 象：発達に心配のあるお子さんとその保護者

■定 員：10組 ※当日先着順

■参加費：無料

■共 催：港北区子育て支援拠点
どろっふ

LIVE@RAPPORT VOL.5 ～杉山兄弟のスーパーシャボン玉ショー～

世界で初めてシャボン玉ショーを始めた、シャボン玉世界記録保持者の杉山兄弟によるシャボン玉ショー。

■日 時：4月29日(土・祝) 13:30～(13:00開場)

■会 場：ラポールシアター

■対 象：障害のある方とその家族、介護人

■定 員：250人

■入場料：大人500円、小学生以下300円、3歳以下無料

■申 込：定員になり次第締切 ※先着順

■出 演：杉山兄弟、
Dance@しんよこ、
キャサリン野村
(MC)

(要申込)



創作工房からのお知らせ

～wakuwaku創作工房～

絵画サロン

(要申込)

アドバイスを受けながら、水彩画の絵画制作に取り組めるプログラムです。基本の画材は無料で貸出します。
※油絵はできません。

■対 象：主に15歳以上の障害のある方

■日 時：5月10日(水)
13:00～16:00(15:00受付終了)

■定 員：12組 ■参加費：300円

■申 込：定員になり次第締切 ※先着順

■講 師：はやし まき

※4月1日(土)より申し込みを開始します。

図工の時間

(要申込)

～布のストーンアート～

■対 象：小学生以上の障害のある方

■日 時：5月13日(土)
13:00～14:30

■定 員：12組

■参加費：500円

■申 込：4月15日(土) 必着
※応募多数の場合は抽選

■講 師：穴澤 秀隆

トマルコのワンダーアトリエ

(要申込)

保育園や小学校などで活躍中♪ 絵のなんでも屋さん♪ トマルコは作るだけじゃ終われない! まずは参加してみてください。

■日 時：5月21日(日)
13:00～15:00

■対 象：小学生以上の障害のある方

■定 員：12組

■参加費：500円

■申 込：4月23日(日) 必着
※応募多数の場合は抽選

■講 師：道草図案舎トマルコ



※介助が必要な方は、ご同伴をお願いします。 ※個人利用ができない日は、館内掲示などでお知らせします。



おもちゃ図書館からのお知らせ



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：4月13日(木) 10:00～15:00 会 場：2階 小会議室

申 込：事前申込(障害のある方のみ) 定数になり次第締切(1人3点、1施設5点まで)

協 力：ワイワイおもちゃドクターズ

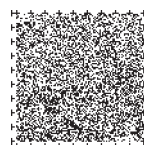


(要申込) おもちゃ図書館事業の申込方法 おもちゃ図書館へ直接または、電話で受付。(受付時間 9:30～16:00)

(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、メール(rapo-bunka@yokohama-rf.jp)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電話(FAX)番号 ⑥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

●「聴覚障害者のための健康学習会」の報告

ラポール上大岡にて、聴覚障害者を対象に、3回（9月16日、11月18日、1月20日）健康学習会を開催し、延べ45人の参加でした。

今回は『筋肉と体脂肪』『筋力低下を防ごう』『骨を強くしよう』のテーマで、管理栄養士から、バランスの良い食事のとり方や生活習慣についてのお話の後、スポーツ指導員から自宅でできる軽運動やストレッチの指導を行いました。

いずれの日も質問が多く出され、健康への関心の高さが感じられました。

来年度も継続開催する予定です。ぜひ、ご参加ください。



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
<http://www.yokohama-rf.jp/rapport/jyoutei/>

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

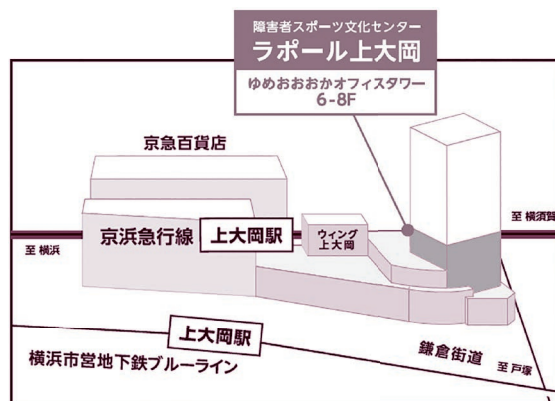
■休館日 毎週火曜日、年末年始

■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ございません。



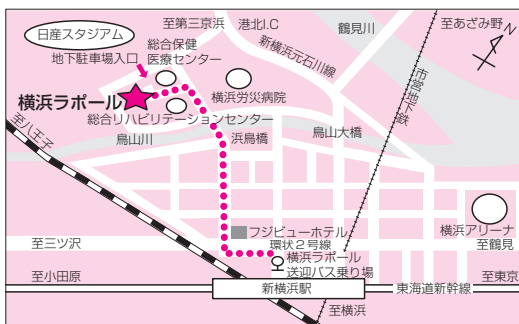
●横浜ラポールのご案内●

■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。

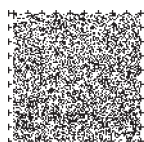


■送迎バス時刻表（新横浜駅⇔横浜ラポール）

新横浜駅発	月～土		時間		日・祝日	
	40	20	00	9	00	20
		30	00	10～14	00	30
	45	30	00	15	00	30
	45	30	15	00	16	00
		30	15	00	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	20	10～14	20	50
		50	35	20	15	20
	50	35	20	05	16	20
	50	35	20	05	17	15
		50	20	18～19		
		45	20	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