

2023
November

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

横浜ラポール
Yokohama
Rapport

11月号
vol.323



ハマピックサポート



地域イベント



障害者団体サポート

バセルを ご存じですか？

バセルとは？

バセル(BASEL)はBay Area Sports Enjoy Lifeの略で、横浜市パラスポーツ指導者協議会の通称です。1998年の全国身体障害者スポーツ大会「かながわ・ゆめ大会」を契機に設立され、今年で25年目を迎えました。

バセルの会員は、日本パラスポーツ協会公認パラスポーツ指導者の資格を有し、現在496名が横浜ラポールを中心に活動しています。



研修会



ラポールの日

バセルの目的と活動

障害者スポーツのサポートを通して、その発展に寄与することが目的です。

バセルの活動には、ハマピックをはじめとするラポールのさまざまなイベント、各種団体の障害者スポーツの運営サポートや施設利用者のサポートなどがあります。

「ラポールの日」や横浜市身体障害者連合会の運動会では、毎年多くのバセル会員が参加し、障害者の皆様と共に楽しんでいます。

11月の主な催し

□陶芸ひろば 1日(水)

■オリジナルスポーツ広場 2日(木)

■リハ・スポーツ

■スポーツ広場(知的・発達) 4日(土)

■フライングディスク広場

□ピアノを弾いてみませんか? 8日(水)

□絵画サロン

■オリジナルスポーツ広場 9日(木)

■リハ・スポーツ

□おもちゃ病院

■体力測定・健康相談 10日(金)

■大人ウェルネス

□陶芸ひろば

□工作ひろば 11日(土)

□パソコン・スマホ・タブレット相談会

□「いいTOYの日」おもちゃ展示 11日(土)~17日(金)

■オリジナルスポーツ広場 16日(木)

■リハ・スポーツ

□陶芸ひろば

■金曜スポーツ広場 17日(金)

■ターゲットスポーツ広場

■運動あそび広場(知的・発達) 18日(土)

□芸術市場 ドリーマーズステージ

■はじめての方のセーリング体験会 19日(日)

□陶芸ひろば 20日(月)

□芸術市場 OTO2023 23日(木・祝)

■ウェルネスプログラム(知的・発達)

□芸術市場 オータムフェスタ 25日(土)

□図工の時間

■チャレンジボウリング 26日(日)

■ゲームを使ってみんなでフィットネス

□ピアノを弾いてみませんか? 27日(月)

□のびのび月曜日inラポール

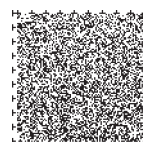
■オリジナルスポーツ広場 30日(木)

■リハ・スポーツ

□障害者週間作品展示(会場:横浜市役所) 30日(木)

~12月10日(日)

■ スポーツ □ 文化



令和5年度 初級パラスポーツ指導員養成講習会

地域で活動ができ、主に初めてスポーツに参加する障害のある方に対し、楽しさを重視したスポーツの導入を支援できる指導員の養成を目指しています。全課程修了者は日本パラスポーツ協会の初級パラスポーツ指導員に登録されます。同時に、横浜市パラスポーツ指導者協議会(通称バセル)にも登録されます。

■日 程：令和6年2月3日(土)・4日(日)・10日(土)・11日(日)

■対 象：以下の条件を満たす方

- ①令和5年4月1日現在、18歳以上の方
- ②受講後、横浜市パラスポーツ指導者協議会へ登録を希望する方

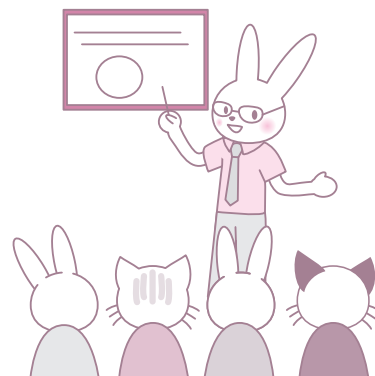
■定 員：40人程度 ※応募多数の場合は抽選

■受講料：7,500円

※全課程修了後に別途、申請・認定料5,500円および登録料3,800円が必要

■申 込：11月16日(木)必着

※情報発信サイト「ラポール For Smile」に掲載しています開催要項をご確認の上、お申し込みください。



あらかじめに承べたい。

大人ウェルネス

音楽を使ったエクササイズや、ボールを使った筋力トレーニングなどで体力を維持したい方、体重が気になる方、1人では運動の継続が難しい方向けのプログラムです。

また、プログラム内で定期的に体力測定を行ない、結果をもとに一人一人に合った具体的な運動メニューの提案や、フィットネスルームでの個別指導も行なっています。

集団プログラムですが、職員が個別でサポートしながら、ご自身のペースで、無理なく運動できますので、安心してご参加いただけます！

運動面だけでなく、管理栄養士から食事面に関するアドバイスを受けることも可能です。

まずはお気軽にご相談ください♪

■日 時：毎週金曜日 13:15～14:45

(10月27日、11月3日、12月1日・29日、令和6年1月5日、
2月2日・23日、3月1日除く)

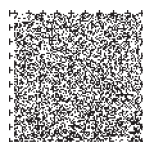
■対 象：18歳以上で、種別を問わず、障害者手帳をお持ちの方

■参加費：無料

■申 込：健康相談コーナーに直接または、電話にて参加の希望をお伝えください。

その後、保健師・スポーツ指導員による面談を行います。

※身体状況やこれまでの経緯、運動歴などについて伺います。



「ラポラボ」の音声CDを“VOICE 神奈川”の皆さんがボランティアで作成しています。必要な方は受付までお声がけください。

「いいTOYの日」おもちゃ展示

11月11日を語呂合わせで「1111(イトイ)」としてみました！おもちゃ図書館で人気のおもちゃ、福祉施設で作られた木工製品、ボランティア作成の布絵本などを「いいTOYの日」から1週間展示します。ぜひ、お立ち寄りください。

■日 時：11月11日(土)～17日(金)
10:00～16:00

■会 場：1階 ロビー

■入場料：無料



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、タブレット **(要申込)**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：11月11日(土)

①10:30～11:10 ②11:20～12:00

③13:30～14:10 ④14:20～15:00

■会 場：2階 小会議室

■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：11月6日(月)必着

■協 力：ドリームナビゲーター横浜

工作ひろば vol.88 紙皿のでんでん太鼓

身近な材料を使い、簡単にできる工作を楽しみましょう。

■日 時：11月11日(土)
13:00～16:00(15:30受付終了)

■会 場：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

■参加費：無料 ※材料がなくなり次第終了

のびのび月曜日inラポール

子どもの育ちに少し不安がある、思うように遊ばせられない、楽しくゆったり過ごしたい…先輩ママやボランティアがいる、子育て奮闘中のママたちのオアシスをめざす広場です。

■日 時：11月27日(月)10:00～11:30

■会 場：ラポール座

■対 象：主に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

創作工房からのお知らせ

絵画サロン

(要申込)

～テーマ「年忘れ・クリスマス」～

アドバイスを受けながら、絵画制作ができるプログラムです。基本の画材は貸し出します。

●日 時：12月6日(水)
13:00～16:00(15:00受付終了)

●対 象：主に15歳以上の障害のある方

●定 員：12組 ●参加費：300円

●申 込：定員になり次第締切 ※先着順
※11月1日(水)より申込開始

●講 師：はやしまき

陶芸ひろば

(要申込)

初めての方でも安心、アドバイザーと一緒に陶芸ができる時間です。12月は、お皿の絵付けを楽しみましょう。

●日 時：12月7日(木)・11日(月)
13:00～16:00

●対 象：障害のある方とその家族・介護人

●定 員：各日5人まで

●参加費：皿付き500円、皿なし300円
※焼成代別

●申 込：定員になり次第締切
※先着順 空きがあれば当日受付可

ものづくり広場

(要申込)

～オリジナルカレンダーを作ろう～

●日 時：12月10日(日)
10:00～11:30

●対 象：主に高校生以上の障害のある方

●定 員：12組

●参加費：500円

●申 込：定員になり次第締切
※先着順

※11月1日(水)より申込開始

●講 師：佐藤 圭子



陶芸の焼成受付・ 本人釉かけの ご案内

- 焼成受付：11月6日(月)～26日(日)
9:30～11:30 13:00～16:30
料金は、作品の大きさ、点数によって異なります。
※素焼きは11月下旬、本焼き12月中旬の予定
- 本人で釉かけ可能日：12月13日(水)10:00～12:00

※介助が必要な方は、ご同伴をお願いします。 ※11月8日(水)午後、25日(土)午後は個人利用できません。



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：11月9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

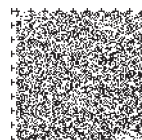
11月、12月の“ハッピーサタデーお楽しみ会&お誕生会”は、別のイベントがあるためお休みです。

(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

● 聴覚障害者のみなさんへ ～区役所で手話通訳の利用ができます！～

手続きなどで区役所に行った際はご利用ください！

区役所に手話通訳者がいます

※中区と戸塚区のみです。



	月	火	水	木	金	土
8:45～12:00		中区			中区	
13:30～17:00			戸塚区	戸塚区		

＜利用方法＞ 窓口で「手話通訳必要」と伝えてください。

タブレットを使った手話通訳について



＜利用時間＞ 月～金曜 9:00～17:00、第2・第4土曜 9:00～12:00

＜利用方法＞ 窓口で「手話通訳必要、タブレット必要」と伝えてください。



手話通訳者がここに映し出されます



タブレット端末を活用した手話通訳サービスのイメージ

タブレットを通して、横浜ラポールにいる手話通訳者が通訳します。

【お願い】生活の困りごとや、法律相談のような難しい内容の時は、横浜ラポールの手話通訳派遣をご利用ください。

横浜ラポール聴覚障害者情報提供施設

FAX.045-475-2059 メール: rapport.tsuyaku@yokohama-rf.jp

エレベーター工事

期間：令和5年10月11日(水)～令和6年1月6日(土)予定

地下階行きのエレベーターは、令和5年10月11日(水)～11月23日(木・祝)予定

障害者スポーツ文化センター



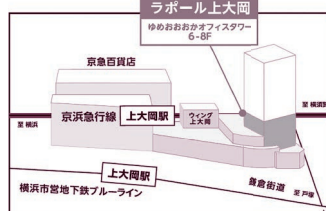
のご案内

- ご利用にあたっては ①ラポール上大岡の利用登録が必要です。
②各プログラムに参加の場合は事前予約が必要です。

予約専用TEL.045-840-2160

- 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 <http://www.yokohama-rf.jp/rapport/kamiooka/index.html>
■交通 京浜急行・市営地下鉄「上大岡駅」下車

「ゆめ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階へお越しください。
※車でご来館される場合は、ゆめ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。



ラポール For Smile
情報発信サイト



ラポールのさまざまなイベントやプログラムの案内、実施したプログラムの報告をしています。ぜひチェックしてみてください！

横浜ラポールののご案内

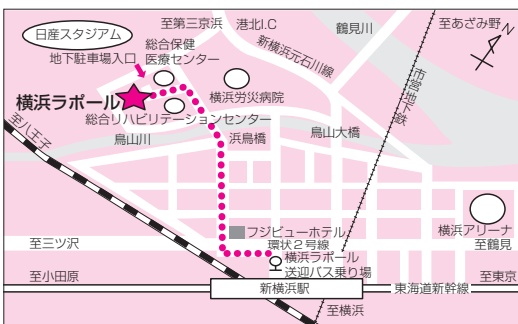
- 利用案内
TEL.045-475-2001
FAX.045-475-2053
貸切施設予約
TEL・FAX.045-475-2002

- 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/相鉄・東急新横浜線 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。

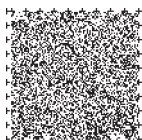


送迎バス時刻表(新横浜駅⇔横浜ラポール)

	月～土	時間	日・祝日
新横浜駅発	40	20 00	9 00 20 40
		30 00	10～14 00 30
	45	30 00	15 00 30
	30	15 00	16 00 30
	30	15 00	17 00 30
		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。

	月～土	時間	日・祝日
横浜ラポール発	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	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
ゆめおおかオフィスタワー6～8F