

2025
July

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

ラポラ

Yokohama Rapport News

障害者スポーツ文化センター
横浜ラポラ
Yokohama Rapport

7月号
vol.343

第30回 ハマピック個人競技 全日程終了

横浜市に在住・在勤・在学している方を中心に、日頃の練習成果の発揮、全国大会出場への挑戦、さまざまな方との交流を目的としている横浜市障害者スポーツ大会、愛称「ハマピック」。

今年は、4月6日(日)から29日(火・祝)にかけて、アーチェリー、ボウリング、ボッチャ、水泳、卓球、サウンドテーブルテニス、フライングディスク、陸上競技が行われました。



今年度は同日開催となる競技が多くある中で、522名の選手が参加し、大会新記録が多数出る競技会となりました。

横浜市スポーツ協会加盟の競技団体や横浜市パラスポーツ指導者協議会をはじめ、多くの関係者の方々のご協力により、円滑に大会を運営することができました。ご協力いただいた皆様ありがとうございました。

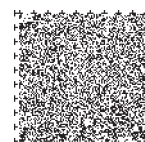
横浜市代表候補選手選考委員会で決定した選手たちは、7月からの「練習会」を経て、10月25日(土)から27日(月)の3日間、滋賀県で開催される第24回全国障害者スポーツ大会「わた SHIGA 輝く障スポ」に出場します。皆様のご声援をよろしくお願いします。



横浜市パラスポーツ指導者協議会のご紹介

通称を**バセル(BASEL)**といいます。**Bay Area Sports Enjoy Life**の略です。今年で27年目を迎え、日本パラスポーツ協会公認の指導者資格を有する約500名が所属し、横浜ラポラ、ラポラ上大岡や地域で活動を行っています。

ハマピックやスポーツフェスティバルなどラポラのさまざまなイベントをはじめ、各種スポーツプログラム・広場のほか、地域でのインクルーシブスポーツイベントの運営サポートをととしてパラスポーツの振興に貢献しています。



ワクワク運動あそび (A)

親子で参加できる広場です！トランポリンやサイバーホイールで感覚遊びを楽しんだり、ボウリングやモルックなどの体験を行うことができます！

対 象	肢体不自由のある小学生から高校生
日 程	7月19日、8月9日、11月29日 12月20日、令和8年2月14日 いずれも土曜日
時 間	①13:30～14:15 ②14:30～15:15 ※時間入替制
会 場	サブアリーナ
定 員	各回30人程度 (参加する家族の人数も含む)
参加費	無料
申 込	当日、整理券配布

ワクワク運動あそび (B)

「楽しく運動したい」「家族と運動がしたい」方、必見のプログラムです！トランポリンやサイバーホイールで大きく体を動かしたり、サーキット運動やボール投げなどたくさんのスポーツを楽しみながら体験することができます！

対 象	知的・発達障害のある4歳から小学生
日 程	7月19日、8月9日、11月29日 12月20日、令和8年2月14日 いずれも土曜日
時 間	①10:20～10:50 ②11:00～11:30 ③11:40～12:10 ※時間入替制
会 場	サブアリーナ
定 員	各回30人程度 (参加する家族の人数も含む)
参加費	無料
申 込	当日、整理券配布

ターゲットスポーツ広場

「投げる」「蹴る」「当てる」などの要素を取り入れた広場です！いろいろなスポーツを体験して、「好き」を見つけるきっかけづくりにぴったりです！

対 象	障害のある方とその介助者・家族(体調が安定している方)
日 程	毎月第3土曜日
時 間	13:30～14:30
会 場	グラウンド(4～6月・10月～令和8年3月) ローンボウルス場(7～9月) ※雨天の場合、ローンボウルス場
参加費	無料
申 込	初回参加日までに申込用紙を記入の上、総合受付に提出 (郵送・FAXも可) ※当日申込も可能です。

ウォーキング&車いすラン広場

ウォーキングやポールウォーキング、車いすでのランニングなど一人ひとりに合ったスタイルで体力アップを図る広場です。

対 象	障害のある方とその介助者・家族
日 程	毎月第2土曜日
時 間	13:30～14:30
会 場	地下トラック
参加費	無料
申 込	初回参加日までに申込用紙を記入の上、総合受付に提出 (郵送・FAXも可) ※当日申込も可能です。

第30回ハマピック「バスケットボール競技」

障害があり、横浜市内に在住・在勤・在学の方を主な対象として開催する競技会です。「記録への挑戦」「トレーニング成果の発揮」「相互理解と交流」を目的としています。

令和8年開催、「第25回全国障害者スポーツ大会(青森県)関東ブロック地区予選会」の横浜市代表チーム選考を兼ねています。

対 象	①令和7年4月1日現在、12歳以上の知的障害者 ②横浜市内に在住・入所・通所・在学・在勤している者 (メンバーの3分の2が上記の条件を満たしていればこの限りではない) ③選手5～12名(男女別)、監督・コーチ3名以内(監督1名、コーチ2名)
日 程	9月20日(土)
時 間	10:30～17:00(予定)
会 場	メインアリーナ
参加費	1チーム3,000円
申 込	7月1日(火)～31日(木)

※開催要項をご確認の上、申込用紙に記入し、横浜ラポールへ直接または郵送、FAXでお申し込みください。

7月のスポーツプログラム

■スポーツ体験教室	1日・15日・22日・29日(火)
■木曜スポーツタイム	3日・10日・17日・24日・31日(木)
■金曜スポーツタイム	4日・11日・18日・25日(金)
■フライングディスク広場	5日(土)
■大人ウェルネス	7日・14日・28日(月)
■ウォーキング&車いすラン広場	12日(土)
■みんなと車いすバスケットボール	12日(土)
■バスケットボール教室	13日(日)
■ワクワク運動あそび(A)(B)	19日(土)
■ターゲットスポーツ広場	19日(土)
■エンジョイ!みんなとバスケットボール	25日(金)
■ウェルネスプログラム(A)(B)	26日(土)
■ゲームでフィットネス広場	27日(日)

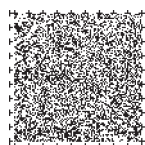


7月の主な催し	☐ ぬり絵プラスアート 5日(土) ☐ みんなの音楽広場 6日(日) ☐ 初心者一日陶芸教室 ☐ 絵画サロン 9日(水) ☐ おもちゃ病院 10日(木) ☐ NEWバリアフリークッキング 11日(金)・12日(土) ☐ 図工の時間 12日(土) ☐ パソコン・スマホ・タブレット相談会 12日(土) ☐ 移動おもちゃ図書館(ラポール上大岡) 17日(木)	☐ はじめてのフラワーアレンジメント 19日(土) ☐ 陶芸絵付けひろば 20日(日) ☐ おもちゃ図書館スペシャルタイム 20日(日) ☐ タイダイ染めワークショップ 21日(月・祝) ☐ はじめての草木染め 24日(木) ☐ ハッピーバースデータイム 26日(土) ☐ 親と子の工作教室 27日(日) ☐ のびのび月ようびinラポール 28日(月)
---------	--	---

■ スポーツ □ 文化

個人利用
できない
施設と日時

ホームページに
掲載しています。



施設改修工事

下記の施設はご利用できません。

プール、ラポールシアター、プール更衣室、プールギャラリー

令和6年10月～令和8年3月(予定) ※その間、鳥山川側の通路も利用できません。

工事期間中は、ご不便をおかけしますがご了承ください。他施設の利用についてご不明な点があればご相談ください。

※市内公共屋内プールの一覧等を用意していますので、必要な方は総合受付にお申し出ください。

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：7月12日(土)
①10:30～11:10 ②11:20～12:00
③13:30～14:10 ④14:20～15:00
- 会 場：1階 ロビー
- 対 象：障害のある方とその家族・介助者
- 定 員：各回2人 ■参加費：無料
- 申 込：7月11日(金)まで
- 協 力：ドリームナビゲーター横浜

「デフリンピックカラーで染めよう」 タイダイ染めワークショップ

世界で一枚のオリジナルカラーのタイダイ染めTシャツを作ろう。

- 日 時：7月21日(月・祝)
①10:15～12:15
②13:15～15:15
- 会 場：ラポールボックス
- 対 象：障害のある方とその家族・介助者
- 定 員：各回25人
- 参加費：1人2,000円(Tシャツ代込)
- 申 込：先着順 ※定員になり次第締切
- 講 師：ソメルポ(さとう ゆきの、もりやま まなみ)



DANCE @ 吉野町市民プラザ 吉野町市民プラザのダンスフロアで踊ろう!!

- 日 時：8月3日(日)
13:30～15:30
(途中入退場可)
- 会 場：吉野町市民プラザホール
※市営地下鉄「吉野町駅」
京浜急行「南太田駅」下車
- 対 象：障害のある方とその家族・介助者
- 定 員：95人
- 参加費：無料
- 申 込：先着順 ※定員になり次第締切
- 共 催：吉野町市民プラザ

創作工房からのお知らせ

ぬり絵プラスアート (要申込)

- 大人も満足！本格派のぬり絵を楽しむもよし！ぬり絵を超えるアートを目指すもよし！7月から毎月5日に開催します。
- 日 時：7月5日(土) 13:30～15:30
- 対 象：10歳以上の障害のある方優先
- 定 員：12人
- 参加費：300円
- 申 込：先着順 ※定員になり次第締切
- 講 師：道草図案舎トマルコ

はじめてのフラワーアレンジメント (要申込)

- 色とりどりのお花に触れて気持ちをリフレッシュしませんか？
- 日 時：7月19日(土) 10:00～12:00
- 対 象：15歳以上の障害のある方優先
- 定 員：12人程度
- 参加費：2,000円(花材料込)
- 申 込：先着順 ※定員になり次第締切
- 講 師：村山 陽美(flowerdesign 陽Haru・子育て支援ボランティア「花音」代表)

はじめての草木染め「藍の生葉染め」 (要申込)

- 夏の空のような青い色を染めましょう。
- 日 時：7月24日(木) 13:00～15:00
- 対 象：15歳以上の障害のある方優先
- 定 員：12人
- 参加費：2,500円
(シルクストール込み)
- 申 込：先着順
※定員になり次第締切
- 講 師：柏崎 久恵(bau代表)



夏休み！ お楽しみ陶芸教室 (要申込)

- 1組2枚お皿を作ります。厚紙を好きな形に切って、粘土に厚紙を押し付けて模様をつけます。夏の思い出に、自分だけの素敵なお皿をつくりましょう。焼き上がりは9月下旬予定です。
- 日 時：8月1日(金) ①10:00～11:30 親子の部
②13:30～15:00 大人の部
- 対 象：①親子の部…障害のある中学生までのお子さんとその家族・介助者
②大人の部…障害のある高校生以上の方とその家族・介助者 ※1人での参加も可能
- 定 員：各回10組
- 参加費：1,500円(材料費込み)
- 申 込：7月13日(日) 必着 ※応募多数の場合は抽選
- 講 師：佐々木 まどか

お試しアート体験スペシャル

- ～スクラッチしおりアート～
期間限定！黒いシートを削ると下からカラフルな色が出てくるしおり型のスクラッチアートです。 ※1人1枚
- 日 時：8月9日(土)・10日(日)
11日(月・祝)
10:00～12:00
(11:30受付終了)
13:00～16:30
(16:00受付終了)
- 対 象：障害のある方とその家族・介助者
- 参加費：無料
※材料がなくなり次第終了



ものづくり広場 (要申込)

- ～風船張り子を作ってあそぼう～
風船をふくらませて、丸い形の張り子を作りましょう。形を生かしてスイカにしたり、地球にしたり…どのような張り子にするかはあなた次第！
- 日 時：8月24日(日) 10:00～11:30
- 対 象：主に15歳以上の障害のある方
- 定 員：15人程度
- 参加費：500円
- 申 込：先着順 ※定員になり次第締切
※7月1日(火)より申込開始
- 講 師：さとう けいこ



※7月6日(日)9:30～15:00、9日(水)13:00～17:00、12日(土)13:00～15:00は、個人利用できません。



おもちゃ図書館からのお知らせ



移動おもちゃ図書館 (要申込)

- 「おもちゃのひろば@ラポール上大岡」
障害や発達に心配のあるお子さんのためのおもちゃのひろばです。あそびのボランティアや保育士のおもちゃ図書館スタッフとお話ししながら、おもちゃ図書館のおもちゃで自由に遊べます！
- 日 時：7月17日(木) 10:00～12:00
- 会 場：8階多目的スペース
- 対 象：障害や発達に心配のある小学生までのお子さんとその家族・介助者
- 定 員：10組
- 参加費：無料
- 申 込：先着順



のびのび月ようびinラポール

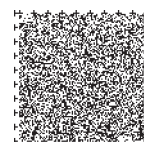
- 子どもの育ちに少し不安がある、思うように遊ばせられない、楽しくゆったり過ごしたい…先輩保護者やボランティア、スタッフとお話ししながら、おもちゃで遊べます。
- 日 時：7月28日(月) 10:00～11:30
- 会 場：ラポール座
- 対 象：発達に心配のあるお子さんとその家族
- 定 員：10組 ※当日先着順
- 参加費：無料
- 共 催：港北区子育て支援拠点どろっぽほか

おもちゃ図書館スペシャルタイム (要申込)

- 「音であそぼう！Vol.2」
8月はおもちゃ図書館の楽器を使って、音楽療法士さんと一緒にさまざまな音で遊びましょう♪
- 日 時：8月9日(土) ①10:00～10:45
②11:00～11:45
- 会 場：ラポール座
- 対 象：①知的障害、発達障害のある小学1～3年生のお子さんと保護者
②肢体不自由、身体障害、医療ケアなどがある2歳～年長のお子さんとの保護者
- 定 員：①10組 ②5組
- 参加費：無料 ●申 込：先着順

(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・イベント名と開催日 ②参加者氏名(フリガナ)、年齢、障害の内容 ③同伴者氏名(フリガナ) ④郵便番号・住所 ⑤電話(FAX)番号 をご記入の上、横浜ラポール文化事業課まで。視覚障害者のみ電話申し込み可。



(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。



ラポール上大岡からのお知らせ



夏休みプログラムのご案内♪

障害者スポーツ文化センターラポール上大岡では、7～8月の夏休み期間にさまざまなプログラムを用意しています！
ながいながい夏休み。皆さんは何をして過ごしますか？ラポール上大岡と一緒に夏の思い出を作りましょう！



プログラム	内 容	日 程	対 象	定 員
ラポール上大岡ファミリー スポカルDAY!!! フラダンス	オリジナルレイを作り、フラダンスに挑戦してみよう！	7月21日(月・祝) 13:30～15:30	障害のある方と その家族・介助者	15組程度
オリジナルサッカーボールを 作って遊ぼう！	組み立てて絵を描いて仕上げるオリジナルサッカーボールで、思いっきり遊びましょう！	7月27日(日) 10:30～12:00	障害のある小学生～ 高校生とその保護者	15組程度
アルミ素材で工作 虫の王様 カブトムシを作ろう！	新聞紙やアルミ、針金を使って自分だけのカブトムシやクワガタを作ります。	7月31日(木) 10:00～12:00 13:30～15:30	障害のある年長～中学生	各10人
こどもアートクラブ ～夏休み特別版～	金属製の棒を糸でつなぎ、吊るして演奏する打楽器のウインドチャイム作りに挑戦します！	8月3日(日) 10:00～12:00	障害のある4歳～中学生	10人
食品サンプル クリームソーダ のメモクリップを作ろう！	シリコン、塩ビを使ったプラスチック製の本物そっくり「クリームソーダのメモクリップ」を作ります！	8月6日(水) 10:30～12:00 13:30～15:00	障害のある年長～中学生	各10人
カルピスナックスクール	夏休みの自由研究にも！クイズや映像で楽しく学べる「おやつ」をテーマにした食育プログラムです。	8月8日(金) 10:30～12:00	障害のある小学校3年生～ 6年生とその保護者	10組程度
わくわく工作教室 ～夏休み特別版～	「切る」「貼る」「描く」等の基本的な作業を学びながら、身近にある素材でサマードームを作ります！	8月23日(土) 13:30～14:30	障害のある小学生～ 中学生	8人

詳細申込みについては、館内のチラシまたはForSmileでご確認ください。

障害者スポーツ文化センター

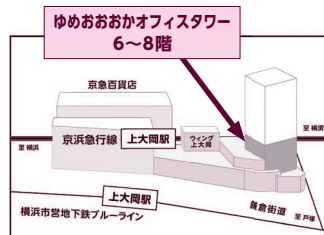


のご案内

- 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。



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/>

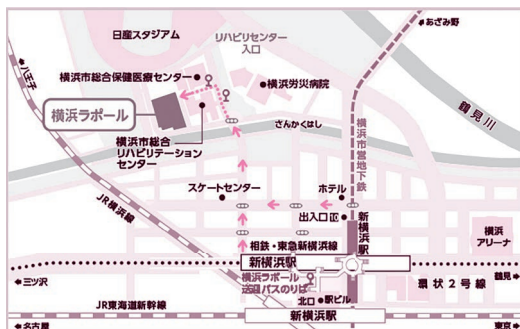
横浜ラポールのご案内

- 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/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。

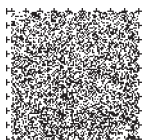


- 送迎バス時刻表(新横浜駅⇔横浜ラポール)

	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	
	45 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
ゆめおおおかオフィスタワー6～8F