

2025
October

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

7ポ7ポ10月号

Yokohama Rapport News vol.346

障害の有無を超えた交流をめざして

令和7年度
横浜
ラポール

芸術市場

Performance through the challenging spirit.

日程

10月19日(日)~26日(日)

横浜ラポール芸術市場は、障害のある方の自己表現や社会参加の可能性を広げ、多くの方々の「障害の有無を超えた交流」を目指すイベントの総称で、障害者の文化活動(演劇や音楽、美術など)の発表の場として毎年開催しています。

「ラポール美術展」は、障害のある方の日頃の美術活動の成果を披露する場として今年で32回目を迎えます。思いと力があふれる書、美しい絵画や写真、個性豊かな立体造形など、さまざまな作品が展示されます。

今年はどのような作品に出会えるのでしょうか。皆さまのご来場お待ちしております。

※今年度、舞台の部はシアター天井工事に伴い中止とさせていただきます。



ラポール美術展

◆ 時間: 10:00~17:00

(24日(金)は19:00まで、最終日26日(日)は15:00まで)

◆ 会場: 1階ロビー・ラポールボックス・大・小会議室ほか

入場
無料

美術展ワークショップ

参加
無料

ゲスト講師を迎え、日替わりで「書画」「さをり織り」「切り絵&ステンシル」「アートカフェ」などの体験がどなたでもできます。詳細はホームページでご案内します。

◆ 時間: 10:30~12:00 13:00~15:00

◆ 会場: 創作工房



10月の主な催し

☐ 初心者一日陶芸教室 1日(水)

☐ 陶芸絵付けひろば 4日(土)

■ 横浜パラスポーツフェスティバル「ポッチャ」 5日(日)

☐ めり絵プラスアート

☐ おもちゃ病院 9日(木)

☐ 移動おもちゃ図書館(ラポール上大岡) 15日(水)

■ はじめての方のセーリング体験会 19日(日)

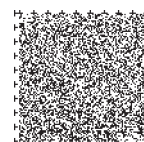
☐ ラポール美術展 19日(日)~26日(日)

☐ 美術展ワークショップ

☐ ハッピーバースデータイム 25日(土)

☐ のびのび月ようびinラポール 27日(月)

■ スポーツ □ 文化





デフリンピック応援企画

～選手やコーチなどを紹介します～

川口 穂菜美

陸上選手(やり投げ)



私がやり投げの世界に入ったきっかけは、高校に入る前、陸上競技でボール投げをしていた時に、監督から「やり投げという種目があるんだけど、やってみないか？」と声をかけてもらったことでした。また、デフリンピックという大会の存在を知ったのは、高校3年生の時でした。「こんな大きな舞台に出てみたい」と思い、目標がはっきりと定まりました。

今は仕事の後に国士舘大学で週4～5回練習しています。技術面だけでなく、下半身の強化や瞬発力を高めるためにさまざまなトレーニングを組み合わせる取り組みをしています。また、自分に合った食事の管理も大切にしています。メンタル面は強化したいと考えているので、落ち込みそうなことがあっても良い方向に切り替えられるよう、試合で起こりそうなシチュエーションを想定しながら日々の練習を行っています。

今回が初めてのデフリンピック出場なので、正直なところワクワクとドキドキした気持ちが混ざっています。どんな世界が待っているのか楽しみです、記録にも挑戦していきたいです。

目標は金メダルです。応援してく

れている方たちに少しでも勇気を与えられるとうれしいですし、職場でサポートしていただいている方々にも、結果で感謝の気持ちを伝えたいと思います。

応援、よろしくお願いいたします！

主な経歴：第16回日本聴覚障害者陸上競技選手権大会優勝

第22回日本デフ陸上競技選手権大会 優勝

第5回世界デフ陸上競技選手権大会@台湾 5位入賞



ジュニア卓球教室 (A)

卓球のイベントへの出場を目指す教室です。

対 象	肢体不自由のある小学生から高校生
日 程	10月11日・18日、11月1日・15日 いずれも土曜日 ※全4回
時 間	11:15～12:00
会 場	サブアリーナ
定 員	10人程度 ※応募多数の場合は抽選
参加費	1回300円
申 込	9月27日(土)まで



ジュニア卓球教室 (B)

卓球のイベントへの出場を目指す教室です。

対 象	知的・発達障害のある小学5年生から中学生
日 程	10月11日・18日、11月1日・15日 いずれも土曜日 ※全4回
時 間	10:00～10:45
会 場	サブアリーナ
定 員	10人程度 ※応募多数の場合は抽選
参加費	1回300円
申 込	9月27日(土)まで



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！いろん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
日 程	毎月第3土曜日
時 間	13:30～14:30
会 場	グラウンド ※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 ※当日申込も可能

ゲームでフィットネス広場 (2期)

ゲームの世界を画面で映し、画面の動きに合わせてみんなで一緒に体を動かします！

対 象	障害のある方とその介助者(家族など2人まで)
日 程	11月23日、令和8年1月25日、2月22日、3月22日 ※全4回 いずれも日曜日
時 間	①10:00～10:45 ②11:00～11:45
会 場	サブアリーナ ※令和8年1月25日のみメインアリーナ
定 員	各回30人程度
参加費	無料
申 込	11月9日(日)まで

横浜パラスポーツフェスティバル「卓球②」

自分に合った種目を選択し、参加してみよう！

対 象	障害のある方
日 程	12月14日(日)
時 間	①10:00～12:00 卓球検定・ワンポイントアドバイス ②13:00～15:00 交流戦
会 場	メインアリーナ
定 員	①卓球検定 20人、ワンポイントアドバイス 20人 ②交流戦 40人 ※応募多数の場合は抽選
参加費	各500円
申 込	10月1日(水)～11月14日(金)

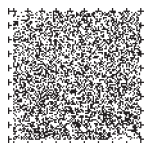
10月のスポーツプログラム

■木曜スポーツタイム	2日・9日・16日・30日(木)
■金曜スポーツタイム	3日・10日・17日・31日(金)
■フライングディスク広場	4日(土)
■エンジョイ！みんなとボッチャ	
■大人ウェルネス	6日・20日(月)
■スポーツ体験教室	7日・21日(火)
■ウォーキング&車いすラン広場	11日(土)
■ジュニア卓球教室(A)(B)	11日・18日(土)
■ウェルネスプログラム(A)	
■ターゲットスポーツ広場	18日(土)

スポーツ教室の申込方法

申込用紙に記入の上、開催要項に記載の方法でお申し込みください。

(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)



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。

創作工房からのお知らせ

ぬり絵プラスアート (要申込)

毎月5日開催！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！丁寧に指導します。

- 日 時：10月5日(日)・11月5日(水) 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：道草図案舎タルコ



NEW バリアフリークッキング (要申込)

笑顔と元気！料理でパワーチャージ！

- 日 時：11月14日(金)・15日(土) 10:30～13:00
※2日とも同じメニューです。
- 対 象：障害のある方と介助者 ※初めての方優先
- 定 員：各日10人 ●参加費：1人1,000円
- 申 込：10月15日(水) 必着
※応募多数の場合は抽選
- 講 師：兼重 崇子
- 協 力：株式会社ニッポン
- メニュー：ピザ2種(トマトとベーコン、アップルバター)、具沢山スープ、牛乳羹のデザート



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、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答えします。

- 日 時：11月8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介助者
- 定 員：各回2人 ●参加費：無料
- 申 込：10月24日(金) 必着
- 協 力：ドリームナビゲーター横浜

初心者一日陶芸教室 (要申込)

陶芸の講師に教わる教室です。お皿や器など、好きな形を作ることができます(一人5点まで)。

焼き上がりは12月中旬予定です。

- 日 時：11月2日(日) 10:00～12:00
- 対 象：障害のある方とその家族・介助者
- 定 員：15人程度
- 参加費：1,500円(材料費・焼成料込み)
- 申 込：10月13日(月・祝) 必着
※応募多数の場合は抽選
- 講 師：高野 さおり

図工の時間 (要申込)

～クリスマスリースをつくろう～

リースに飾る材料を自由に選んで、自分だけのクリスマスリースをつくりましょう。

- 日 時：11月8日(土) 13:00～14:30
- 対 象：主に小学生以上の障害のある方とその家族
- 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
※10月1日(水)より申込開始
- 講 師：穴澤 秀隆



絵画サロン (要申込)

～テーマ「恵みの秋」～

アドバイスを受けながら、水彩画等の絵画制作に取り組めるプログラムです。絵画初心者も大歓迎。基本の画材は無料で貸し出します。

- 日 時：11月12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：15人程度
- 参加費：300円
- 申 込：先着順 ※定員になり次第締切
※10月1日(水)より申込開始
- 講 師：はやし まき

※10月1日(水)9:30～15:00、9日(木)～11日(土)・19日(日)～26日(日) 9:30～17:00は、個人利用できません。

おもちゃ図書館からのお知らせ

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：10月9日(木) 10:00～15:00
- 会 場：2階 小会議室
- 申 込：定数(合計20点)になり次第締切(個人は1人2点、団体は1施設3点まで)

事前におもちゃ図書館へ直接または、電話で受付。(9:30～16:00)

- 協 力：ワイワイおもちゃドクターズ

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。おもちゃ図書館のおもちゃで自由に遊べます。

- 日 時：10月15日(水) 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心配がある、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、スタッフとお話しながら、おもちゃで遊べます。

- 日 時：10月27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

ハッピーバースデータイム

ボランティアによる手遊びやパネルシアターなどを楽しみながら、お誕生月のお子さんのお祝いをします。お気軽にご参加ください。

- 日 時：10月25日(土) 11:00～11:30
- 対 象：障害や発達に心配のあるお子さんとその家族・介助者
- 定 員：12人 ※当日先着順
お誕生月の方はスタッフにお申し出ください。
- 参加費：無料



おもちゃ図書館スペシャルタイム

「音であそぼう! Vol.3」

今回は、デフリンピック開幕スペシャルとして、聴覚障害のあるお子さんと楽しむグループを設定します。音楽療法士さんと一緒に、楽器あそびやダンスなどさまざまな形の「音」であそびましょう♪

- 日 時：11月15日(土) ①10:00～10:45 ②11:00～11:45
- 会 場：ラポール座
- 対 象：①聴覚障害のある未就学のお子さんとその家族
②肢体不自由、重症心身障害、医療ケアなどがある小学生～中学生までのお子さんとその家族
- 定 員：①10組 ②5組 ●参加費：無料
- 申 込：先着順 ※苦手な音や配慮事項があればお知らせください。※きょうだい児も可

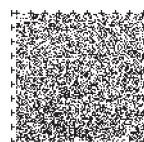


要申込 文化教室・イベントの申込方法

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。





● 東京2025デフリンピック 日本代表選手決定！

(敬称略)

A cute, stylized white cat with pink cheeks and a small pink star above its head. The cat is holding two large, fluffy pink pom-poms.

のご案内

ラポラポ10月号 2025