

障害の有無を超えた交流をめざして

令和6年度
横浜
ラポール

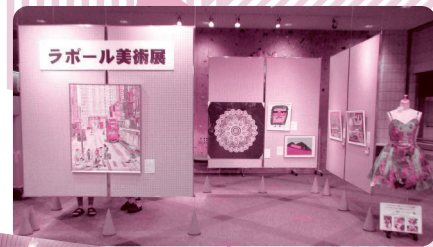
芸術市場

Performance through the challenging spirit.

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、多くの方々との「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、美術等）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31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、500点近くのさまざまな作品を展示します。

今年とはどんな作品に出会えるのでしょうか。
ご来場をお待ちしています。
創作工房では「美術展ワークショップ」も行います。



ラポール美術展

入場
無料

- ◆ 日 程：10月21日(月)～27日(日)
- ◆ 時 間：10:00～17:00(21日は13:00～19:00、27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

美術展 ワークショップ

会場：2階 創作工房

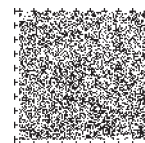
参加
無料

日 時	内 容
10月22日(火) ～27日(日)	10:30～12:00 13:00～15:00
	ゲスト講師を迎え、「書」「色遊び・形遊び」「手芸」「工作」などの体験 ※詳細はホームページでご案内します。

10月の主な催し

■リハ・スポーツ	1日(火)・15日(火)・22日(火)	□移動おもちゃ図書館(ラポール上大岡)	16日(水)
□初心者一日陶芸教室	2日(水)	■ターゲットスポーツ広場	19日(土)
■オリジナルスポーツ広場	3日(木)・10日(木)・17日(木)・31日(木)	■はじめてのスポーツ体験教室(知的・発達)	
■体力測定・健康づくり相談	4日(金)	■はじめての方のセーリング体験会	20日(日)
■金曜スポーツ広場	4日(金)・18日(金)	□ラポール美術展	21日(月)～27日(日)
■フライングディスク広場	5日(土)	□美術展ワークショップ	22日(火)～27日(日)
□おもちゃ病院	10日(木)	■ウェルネスプログラム(肢体)	23日(水)
■大人ウェルネス	11日(金)・18日(金)	■ウェルネスプログラム(知的・発達)	
■スポーツ広場(肢体)		□ハッピーサタデーベースデータイム	26日(土)
■運動あそび広場(肢体)	12日(土)	□ハッピーハロウィン「変身ごっこ&紙芝居」	
□パソコン・スマホ・タブレット相談会		□のびのび月ようび in ラポール	28日(月)

■ スポーツ □ 文化



はじめての方のセーリング体験会

2人乗りのハンザクラス(小型ヨット)に乗船体験できるプログラムです。体験にはインストラクターが同乗するので操船も安心してご参加ください。

対象	小学生以上で定額している方 障害者手帳、または障害サービス受給者証などをお持ちの方 ※参加条件：・現地集合、現地解散が可能な方 ・体調の自己管理ができ、暑さや寒さなどの天候変化に対応できる方
日程	11月23日(土・祝)
時間	【午前の部】 9:30~12:00 【午後の部】 12:40~15:00
会場	横浜ベイサイドマリーナ
定員	各部7人 ※応募多数の場合は抽選
参加費	1,000円(保険料含)
申込	11月9日(土)まで ※締め切り後に郵送にて当落選をお伝えします

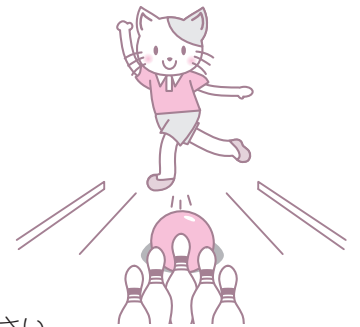


※所定の申込用紙に記入し、横浜ラポール・ラポール上大岡に直接または郵送にてお申し込みください。

チャレンジボウリング

大会出場未経験の方も参加できる初心者向けの記録会です。
スロープクラス、バンパークラス(ガーターなし)、オープンクラスがあり、初心者の方が気軽に参加できるようにクラス分けをしています。申込時に希望するクラスを選択してください。
1人1ゲーム、ご家族も一緒に参加することができます。

対象	障害のある方とその介護者 ※今年のハマピックボウリングに出場した方は参加できません。
日程	11月17日(日)
時間	9:30~17:00
定員	各クラス16人
参加費	1人200円
申込	10月17日(木)まで ※締め切り後に郵送にて当落選をお伝えします



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

健康相談コーナー便り



今回のテーマは「体重」です

猛暑・酷暑をのりこえ、食欲の秋到来ですね!!
しかし体重が増えすぎると、高血圧・心血管疾患などの生活習慣病のリスクが高まったり、膝・腰等への影響がでることがあります。1週間または1か月に1回など、定期的に体重測定をして、増えすぎていないか、減ってきていないか確認しましょう。
横浜ラポールにも体重計がありますので、測定していただくこともできます。

秋は食欲だけでなく、スポーツの秋・芸術の秋ともいわれます。食事をおいしく適量食べ、運動したり、芸術鑑賞に出かけたり、楽しい秋をお過ごしください。



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、**(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。

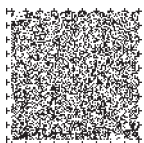
- 日時：10月12日(土)
①10:30~11:10
②11:20~12:00
③13:30~14:10
④14:20~15:00

- 会場：2階 小会議室
■対象：障害のある方とその家族・介護者
■定員：各回2人
■参加費：無料
■申込：10月5日(土)必着
■協力：ドリームナビゲーター横浜

施設改修工事

下記の施設はご利用できません。

1. 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) ※プールは6月26日から閉鎖しています。
※この間、鳥山川側の通路も利用できません。
2. サブアリーナ
令和7年1月~3月(予定)
※この間、ラポールボックス、大・小会議室はご利用中に工事音の影響がある場合があります。工事期間中は、ご不便をおかけしますがご了承ください。
※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

初心者一日陶芸教室 **要申込**

講師からお皿や器などの基本的な作り方をお伝えしますが、作る物は自由です。焼き上がりは12月下旬予定です。

- 日 時：11月3日(日・祝)
10:00~12:00
- 対 象：障害のある方とその家族・介護者
- 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(日)必着
※応募多数の場合は抽選
- 講 師：高野さおり

陶芸ひろば **要申込**

アドバイザーが作品づくりをサポートします。粘土で形を作ります。少人数でのんびり楽しみましょう。作品の完成は12月下旬予定です。

- 日 時：11月11日(月) 13:00~16:00
①13:00 ②13:30 ③14:00
④14:30 ⑤15:00
- 対 象：障害のある方とその家族
- 定 員：作陶開始時間①~⑤ 各1組
- 参加費：300円 粘土代100円
※焼成代別
- 申 込：先着順
※10月1日(火)より申込開始
- アドバイザー：カミジョーマルコ

陶芸絵付けひろば **要申込**

絵付けのみを行います。陶芸の知識は必要ありません。自分の作品や素焼きのお皿に絵を描いて気軽に楽しみましょう。作品の完成は12月下旬予定です。

- 日 時：11月29日(金) 13:00~16:00
①13:00 ②13:30 ③14:00
④14:30 ⑤15:00
- 対 象：障害のある方とその家族
- 定 員：絵付け開始時間①~⑤ 各1組
- 参加費：300円 素焼き皿200円 ※焼成代別
- 申 込：先着順
※10月1日(火)より申込開始
- アドバイザー：カミジョーマルコ

図工の時間 **要申込**

～クリスマスリースを創ろう～

クリスマスに向けてゴージャスなリースを創りましょう。いろいろな材料を使ってデコレーションを楽しみましょう。

- 日 時：11月9日(土) 13:00~14:30
- 対 象：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(火)より申込開始
- 講 師：穴澤 秀隆



絵画サロン **要申込**

～テーマ「紅葉・黄葉」～

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。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13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(火)より申込開始
- 講 師：はやしまき



※介助が必要な方は、ご同伴をお願いします。 ※10月2日(水)9:30~15:00、10日(木)~12日(土)、21日(月)~27日(日)は終日、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10日(木)
10:00~15:00
- 会 場：2階 小会議室
- 申 込：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)
※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

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」

障害のあるお子さん、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。横浜ラポールおもちゃ図書館のおもちゃで遊べます。

- 日 時：10月16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未就学のお子さんとその家族・介護者
- 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…子育て中の先輩保護者やボランティアがいる、楽しくゆったり過ごせる広場です。

- 日 時：10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ぽか

ハッピーサタデー♪バースデータイム

ボランティアによる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26日(土) 11:00~11:30
- 会 場：おもちゃ図書館 遊びエリア
- 対 象：障害や発達に心配のあるお子さんとその家族・介護者
- 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



ハッピーサタデー★スペシャルタイム **要申込**

ハッピーハロウィン～変身ごっこ子ども紙芝居～

10月は、ハロウィンイベントを開催します。変身グッズ工作で仮装した後は「道草図案舎トマルコ」さんの紙芝居タイム！親子でハロウィンの雰囲気を楽しみましょう。

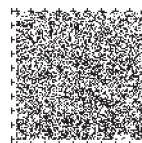
- 日 時：10月26日(土) 13:30~15:30
- 会 場：ラポール座
- 対 象：障害や発達に心配のあるお子さんとその家族・介護者
- 定 員：15組 ●参加費：お子さん1人300円



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。



掲載内容は、9月13日現在の情報です。変更のある場合は、ホームページなどでお知らせします。

横浜ラポール 聴覚障害者情報提供施設からのお知らせ

● オンラインを使って連絡するには？



横浜ラポール聴覚障害者情報提供施設

<p>LINE</p>	<p>相談・問い合わせ用 ビデオ通話</p>	<p>初回、お問い合わせください。 相談メールアドレス rapport.soudan@yokohama-rf.jp</p>	<p>自宅など離れた場所からでも 手話で相談や問い合わせができます。 ①対象 横浜市にお住いの聴覚障害者 ②時間 9:00～17:00 ③休み 土・日・祝日・年末年始 ④内容 相談、お問い合わせ 等</p>
<p>J-talk</p>	<p>えんかくしゅわつうやく 遠隔手話通訳</p>	<p>■ iPhoneをご利用の方</p> <p>または、App Storeで検索してください。 (アプリ名：J-TALK Business)</p>	<p>■ Androidをご利用の方</p> <p>または、Play Storeで検索してください。 (アプリ名：J-TALK)</p>

(一社) 日本財団電話リレーサービス

	<p>きこえない人ときこえる人をオペレーターが通訳して電話でつなぐサービスです。 事前に登録が必要です。 ① 24時間365日対応 ② 119番・110番などの緊急通報 ③ 通話の相手とやり取りをすることができます。</p>
<p>電話リレーサービス相談会を月1回横浜ラポールで開催しています。 詳しくは、電話リレーサービスのホームページでご確認いただけます。 出前窓口のお知らせ https://youtu.be/MdtOc5Hvwuc</p>	

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

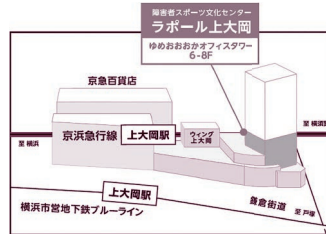


のご案内

- 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/kamioooka/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！

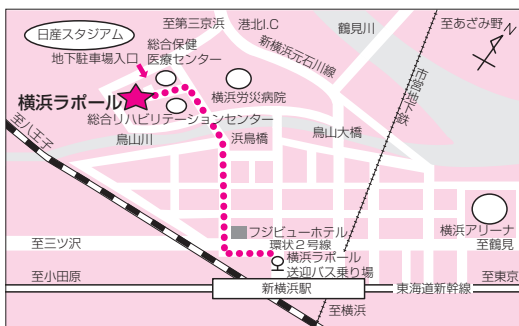
●横浜ラポールのご案内●

- 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。

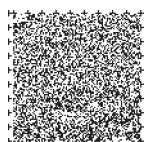


■送迎バス時刻表(新横浜駅⇔横浜ラポール)

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