**第１３５号（令和７年６月発行）**

視障センターだより

1. **所長の日々坦々・・・ｐ.１**
2. **職員紹介と担当業務のご案内・・ｐ．２**

**３．センターからのお知らせ・・・・ｐ.４**

**４．点字図書の紹介・・・・ｐ.８**

**５．デイジー図書の紹介・・・ｐ.１１**

**６．おすすめの録音図書・・・ｐ.１３**

**７．おすすめの点字図書・・・ｐ.１５**

**８．休館日のお知らせ・・・ｐ.１６**

**編集後記・・・・ｐ.１６**

**製作・発行：宮崎県立視覚障害者センター**

**〒880-0051　宮崎市江平西2丁目1-20**

**電話　事務室　0985－22－5670貸出係 0985－35－5116**

**FAX 0985－38－8730　ＨＰ**[**http://www.miyashishou.jp/**](http://www.miyashishou.jp/)

**１．所長の日日坦坦　　「未だ坦坦たりえず」**

**本号が皆さまにとって有益な内容でありますことを願っております。**

**小説家、中島敦（なかじま あつし）との出会いが高校の教科書だったという方も多いでしょう。私もその一人です。深く渋い赤色をした山川出版社の現代国語教科書だったことを覚えています。**

**その教科書に掲載されていたのは、「山月記」（さんげつき）。詩人になりたかった男が夢破れて苦悩の沼にはまり、ついには虎に変身してしまう物語です。**

**中島の小説は中国の古典を題材にしており、私たちにもなじみのある人物がよく登場します。また、その文章には古典から学んだ言葉も多く使われており、見た目には難しい言葉が並んでいるようですが、流麗であって力強さも感じられる見事な文章だと思います。**

**小説には様々な人物が登場しますが、私が最も気になる人物は「弟子」（でし）に登場する子路（しろ）です。**

**暴れん坊で知られた子路は、学問をたっとび、その頃ちまたで名の高い孔子（こうし）という人物をやり込めようとして逆にその偉大さに触れ、その場で弟子となります。暴れん坊の本性はなかなか抜けきらないものの、教えに忠実たらんとする子路を孔子は熱心に指導し、やがてある国の重臣として仕えさせます。**

**子路は師の期待に見事に応え、その国も栄えるのですが、政変が起こり、これに巻き込まれた子路は、ついに政敵の手先に殺害されてしまいます。死体は塩漬けにされてさらしものになり、これを聞いた孔子は生涯塩を断ちました。**

**子路はとにかく真っ直ぐです。剛直で正直、実直で愚直、ときに安直。そんな子路が私は気になるのです。**

**中島敦は３３歳で病没します。生涯に残した小説は三十数編。その多くは死後に発表されたとのことです。文豪と呼ばれるには、さらに数年を要しました。**

**２．職員紹介と担当業務のご案内**

**昨年度から職員の入れ替わりに併せて、業務の内容も変わっておりますので、改めて昨年から配属された職員の紹介も含めて、ご案内いたします。**

**まずは以前からいる職員の担当業務をご案内します。（一部変更になったところもあります）**

**鶴　大輔・・点訳講習会、点字指導、情報提供支援、福祉制　　度に関する相談**

**大賀　千穂美・・点訳事務作業・音訳補助・テキストデイジー制作・福祉機器展・広報全般・愛ひなたネットワーク全般**

**城後　恵美・・センター事業会計・センター備品の管理・日常生活用具の相談・購買の補助**

**原田　智美・・視覚障害者マラソン宮崎大会業務**

**続きまして昨年から配属された池澤・田中の２名、４月に配属された福永の紹介と業務を案内します。**

**池澤由紀子**

**昨年の7月から音訳・図書館業務、主に蔵書を担当しています。図書やプライベート資料で音声版を製作してほしいとご希望される方は、お気軽にご相談ください。**

**田中真理子**

**昨年７月より図書貸出の業務を担当しています。出身は長崎で、好きなカステラは福砂屋、好きなチャンポンのお店はリンガーハットです。よろしくお願いします。**

**福永桂子**

**令和７年４月１日付で着任いたしました、福永桂子と申します。視覚障害者協会の事務を担当しております。まだ職員として右も左もわからない状態で、皆様にご不便をおかけする場面が多々あるかと思いますが、一日でも早くお役に立てるよう誠心誠意努めてまいりますので何卒よろしくお願いいたします。**

**実は１０年ほど前に点訳講習会にて、点字の勉強をしておりましたが着任を機に改めて教本を開くと曖昧にしか覚えておらず、現在再度勉強を行っております。**

**覚えなおすのにまだまだ時間が、かかりそうですが点字も使いこなせるように頑張ります。**

**以上職員の業務と紹介でした。縦割りではなく、業務内容を共有してより良いサービスをみんなで考えながら進めたいと考えております。**

**どうぞよろしくお願いします。**

**３．センターからのお知らせ**

**（１）福祉機器展について**

**今年は９月２８日（日）に福祉機器展を実施します。昨年は視覚障害を知ってもらうために『センターまつり』を実施し、コーラスや大正琴の発表などが大盛況でした。「今年もぜひ」というお声もあったのですが、新しい情報をお届けすることも大切ですし、場所も限られておりますので、今年は機器展を実施いたします。来年は、また啓発やふれあいの企画を考えていく予定です。**

**さて今年は久しぶりに日本視覚障害者団体連合から出展していただくことが決まりました。楽しみになさってください。また「音声解説付きＤＶＤ体験会」を実施します。そのほか多数の拡大読書器や最新のＡＩを駆使した福祉機器の情報、友の会のバザーなどを企画しています。次号８月号では詳しくお知らせしますが、みなさまお誘いあわせのうえぜひおいでください。**

**（２）６月・７月のＩＴ相談会の日程について**

**アイフォン・アイパッドの相談会は、６月７日（土）、７月５日（土）の午前１０時からです。**

**ＩＴ講習会（旧パソコン教室）は６月１５日（日）の１３時３０分から１５時３０分まで、７月は選挙が予定されていますのでお休みとさせていただきます。ＩＴ講習会はスマートフォンやパソコン、センスプレイヤーなど、ＩＴ機器についての何でも相談会のようなものとなり、毎月第３日曜日に開催しています。**

**スマホ交流会は毎月第４土曜日に開催しており、６月は２８日（土）、７月は２６日（土）で、時間は１０時から１２時までとなります。**

**かんたんスマホ教室は毎月第２、第４月曜日に開催しており、６月は９日（月）と２３日（月）、７月は１４日（月）と２８日（月）で、時間は１０時から１２時までとなります。いずれも事前にお申し込みください。**

**（３）ＩＣＴサポーター養成講座開催のお知らせ**

**視覚障がい当事者の家族やガイドヘルパーなどの支援者を対象としたＩＣＴサポーター養成講座を開催いたします。講座では、アイフォンのボイスオーバー操作の基本及び視覚障がい者が良く利用している便利なアプリの使い方を学んでいただきます。講座を修了した方にはＩＣＴサポーターとして県の認定証が授与されます。開催期間は７月から１１月の毎月第３金曜日で、時間は１０時から１２時までとなります。事前に申し込みが必要となりますので、鶴までお申し込みください。**

**（４）センターの照明がLEDになりました**

**センター各部屋の蛍光灯照明がLED照明に切り替わりました。新たな照明は、明るさを４段階に調節することが可能（談話室や録音室、閲覧室の個室を除く。）で、これまでより明るくすることも暗くすることもできます。また、高騰する蛍光管や電気料金の節約にもつながります。**

**なお、トイレや給湯室は県生活情報センターの所管ですが、今年度中にLEDへの切替えを予定されているそうです。**

**（５）購買部からのお知らせ**

**【新商品】**

1. **サイレントアンブレラ60cm　￥19,800**

**親骨60cm、直径約105cmの晴雨兼用の長傘で、傘職人が手作りで作り上げています。傘骨は8本でたたむと長さ約84cmです。以前紹介しました「サイレントアンブレラ」のコンパクトな軽量タイプです。傘生地が二重構造のため雨音が静かです。紫外線と熱も遮断するので日傘としてもお使いいただけます。色はオレンジ、ライトグリーン、ショッキングピンクからお選びください。**

1. **キーライト シルバー　￥1,100**

**手のひらに収まる円柱状の小型ライトです。本体はキーチェーン付きで、小型かつ軽いので杖の持ち手やバッグ等に付けることができます。オン/オフの切替は本体のヘッド部を回すだけなので簡単です。単4の乾電池1本を使用します。電池交換もドライバーいらずで、手動でできます。夜間歩くときに点灯すると、周りに気づいてもらいやすくなります。**

**購買の問い合わせは福永・城後まで。**

**（６）資料貸し出します**

**以下の資料が届きました。貸出希望の方はお電話ください。**

**・内閣府政府広報室発行「ふれあいらしんばん」（点字・大活字版）「明日への声」（音声版）****VOL．102**

**・社会福祉法人日本視覚障害者団体連合発行　厚生労働省委託「令和6年版　厚生労働白書」デイジー版・「令和6年版　障害者白書」デイジー版**

**・公益財団法人すこやか食生活協会発行　「有賀薫さんのおいしい雑炊を作って味わう」デイジー版「鶏肉と卵の定番レシピ」（上下巻）点字版**

**・独立行政法人国民生活センター発行　「2025年版　くらしの豆知識」デイジー版**

**・内閣府　令和5年度　障害者施策の概況（障害者白書）点字版概要**

**・内閣府　出会い、ふれあい、心の輪　令和6年度　心の輪を広げる体験作文入賞作品集　点字版（全1巻）**

**・京都ライトハウス情報ステーション発行　「デイジー雑誌　京まる」2月号・3月号**

**・公益財団法人　全日本鍼灸マッサージ師会発行　「鍼灸マッサージ情報誌　東洋療法　点字版365**

**・曹洞宗宗務庁発行　「点字月刊誌　心の糧　第787号・第788号」点字版**

**・公益財団法人2025年日本国際博覧会協会発行　Expo　Osaka,Kansai,Japan公式触知図　点字版**

**（７）センスプレイヤー基本操作の解説書を作成しました。**

**「わかるセンスプレイヤー（基本編）」というセンスプレイヤー基本操作についての解説書を職員の鶴が作成しました。ボタン配置の説明や電源のオンオフ、サピエ図書館へのログイン方法、図書のダウンロード方法など、よく利用する機能を手順に沿って解説しています。テキストデイジー版のＣＤ、点字版ともに２００円で販売しております。購入申し込みは大賀まで。**

1. **点字図書の紹介**

**９　文学**

|  |
| --- |
| **反関ケ原１―島左近の深謀関が原に燃ゆ！　工藤章興　５巻　隈元君子点訳** |

**石田三成は打倒家康のために、ついに立ち上がった。天下分け目の関ヶ原の戦いである。優位を伝えられた家康に、なぜ三成は挑んだのか。実は、裏では島左近が必勝の深謀が巡らされていたのだ。島津が、毛利が、小早川が次々と家康に襲い掛かる。**

|  |
| --- |
| **反関ケ原３　工藤章興　５巻　隈元君子点訳** |

**東の徳川家康と西の石田三成が睨みあったまま動かずにいる隙を突いて、天下の覇権をめぐり各地で戦乱が巻き起こっていた。**

|  |
| --- |
| **ベニシアの「おいしい」が聴きたくて　梶山正　３巻　伊藤友子点訳** |

**失われゆく視力に不安を抱きながら生きるベニシアとの日々…。病気が進行する６４歳から亡くなる７２歳までの、ベニシア最期の８年間の足跡を、夫である梶山正がつづったエッセイ集。レシピも収録。**

|  |
| --- |
| **好きなひと　神田茜　４巻　村井久美点訳** |

**代わり映えのしない毎日にへこみ気味の５人の女性たち。それぞれの平凡な人生に輝きを取り戻させたのは…？　日常に潜む悲喜こもごもを繊細に描き出した連作短編集。「奥様」「結婚指輪」ほか全５編収録。**

|  |
| --- |
| **月明りの下で読む本　ビーヘル　押川まゆみ点訳** |

**これは、子どもたちがまだ小さかったころ、夜寝る前に私が彼らに語っていたお話です。「ねえ、お話して」と小さな声が響く夜に、私たちは何千もの星々の下、物語を紡ぎ出します。**

|  |
| --- |
| **つい昨日のできごとー父の昭和スケッチブック　小手鞠るい　３巻　髙木姫子点訳** |

**作家・小手鞠るいが、ＳＮＳで話題となった父親のスケッチブックを題材に、戦中～戦後を生き抜いた一市民＝父親の姿を振り返りながら、昭和という激動の時代を活写する。**

**２　歴史**

|  |
| --- |
| **熊楠さん、世界を歩く。―冒険と学問のマンダラへ　松井竜五　５巻　矢口貴子点訳** |

**故郷の和歌山や米英で森と図鑑と生きものに学び、世界を知る「楽しさ」を追い求め続けた南方熊楠。残された豊富な一次資料から「楽しさ」に満ちたその生涯を軽快な文章で再現し、天才・奇才と捉えられがちな熊楠像を覆す評伝。**

**３　社会科学**

|  |
| --- |
| **天皇と戸籍―「日本」を映す鏡　遠藤正敬　６巻　杉裕子点訳　　　　　　　フォームの始まり** |

**「日本人」たることを証明する戸籍、戸籍をもたない天皇家。天皇制と戸籍はいかなる関係にあるのか？　その根底には何があるのか？　天皇制と戸籍の歴史を検証し、現代的意味を問い直す。**

|  |
| --- |
| **６０歳からの知っておくべき経済学　高橋洋一　４巻　髙木姫子点訳** |

**財政の仕組み、税金、保険、年金、暗号資産、家の購入…正しい経済知識が自分を守る！　経済、財政、税、社会保障について、基礎的なデータを使い、シンプルな言葉で解説。高齢者の資産運用法や働き方なども論じる。**

|  |
| --- |
| **高齢社会白書（概要版）　令和５年版　内閣府政策統括官（政策調整担当）編　１巻　厚生労働省委託・日本点字図書館製作（以下　委託・日点）** |

**我が国の高齢化の状況、高齢期の暮らしの動向について分析するとともに、令和４年度「高齢者の健康に関する調査」の調査結果の概要を紹介する。**

|  |
| --- |
| **育児休業、介護休業等育児又は家族介護を行う労働者の福祉に関する法律　２巻　委託・日点** |

**子の養育又は家族の介護を行う労働者等を支援することにより、職業生活と家庭生活との両立に寄与することを目的とした法律。令和４年６月１７日改正。**

|  |
| --- |
| **地震防災対策特別措置法　津波対策の推進に関する法律　強くしなやかな国民生活の実現を図るための防災・減災等に資する国土強靱化基本法　被災者生活再建支援法　法令　1巻　委託・日点** |

**４　自然科学**

|  |
| --- |
| **令和３年度　地域保健・健康増進事業報告の概況　厚生労働省政策統括官付参事官付行政報告統計室編　２巻　委託・日点** |

**５．デイジー図書の紹介**

**９　文学**

|  |
| --- |
| **車のいろは空のいろ［４］　ゆめでもいい　あまんきみこ作　黒井健　絵　２時間３８分　委託・日本ライトハウス（以下　日ラ）　マルチメディアデイジー** |

**空いろのタクシーの運転手・松井さんと、ふしぎなお客さんたちとの出会いを描いた童話集。**

|  |
| --- |
| **酔芙蓉―米寿への道　藤田長汀　１時間５９分　染矢茂登子音訳** |

**宮崎市にお住まいで、当館利用者でもある著者がつづる５冊目の句文集。**

|  |
| --- |
| **虚無回廊1　小松左京　６時間１９分　福原はつえ音訳** |

**“ＳＳ”―宇宙空間に突如出現した謎の物体。直径一・二光年、長さ二光年という、人類の技術をはるかに超えた存在を、一体何者が何のためにつくり上げたのか？SF・ホラー・ファンタジー。**

|  |
| --- |
| **パラスプリンター（宇宙英雄ローダンシリーズ１１３）クルト・マール　K.H.シェール　松谷健二訳　６時間５５分岩切千恵子音訳** |

**パラスプリンターとは、特殊なミュータント。電波や、電線の中の電流を媒介としてテレポーテーションできる能力を持ち、その名で呼ばれる者は、トロナル・ウールヴァとラカル・ウールヴァの双子だけ。彼らはローダンではなく、USO長官であるアトランの秘蔵っ子だった。**

**３　社会科学**

|  |
| --- |
| **不登校からの進学受験ガイド　受験で不登校を解決する方法　山田佳央　９時間３５分　委託・日ラ　マルチメディアデイジー** |

**不登校の原因の２４％は学業不振によるもの。不登校問題は、受験と学力で解決できる。いま「不登校」にある子どもたちが、受験に対しどの時期にどう立ち向かえば有利に働くのか、個別指導塾の塾長がそのヒントを伝える。**

|  |
| --- |
| **［合成音］１０代のための資格・検定　可能性を広げる道しるべ　大泉書店編集部編　委託・日ラ　７時間３５分　マルチメディアデイジー** |

**１０代が知っている知識で十分に合格をめざせる、楽しみながら勉強できる、そんな資格・検定を紹介。大人になってからと思っていたことが、今からでもけっこうできる。語学、技術、競技、知識、パソコン等の資格・検定を掲載。**

|  |
| --- |
| **近代部落史　黒川みどり　９時間１６分　御手洗恵子音訳** |

**部落問題は、封建制やケガレ意識といった過去の遺物ではなく、今でも形を変えて存在し続けている。近代国家の成立以来、時代ごとに再編・強化されてきた差別構造を解き明かす。**

**７　芸術**

|  |
| --- |
| **ナトセンおすすめ　おもしろ学校映画　 名取弘文編　１０時間１０分　委託・日ラ　マルチメディアデイジー** |

**双子の少年の目を通して戦時下の狂気を描いた「悪童日記」、心を病んで函館に帰ってきた男とさまよう高校生の物語「草の響き」…。子ども、教師、学校がテーマのものを中心に選んだ映画１００本を、解説つきで紹介します。**

**６．おすすめの録音図書**

**全国で製作されたデイジー図書の中から、サピエ図書館での利用が多かった人気のデイジー図書を掲載しています。**

**（3月7日現在）**

**「任侠梵鐘」　今野敏**

**「うつ蝉」 辻堂魁**

**「意趣」　上田秀人**

**「わたしのｅｙｅＰｈｏｎｅ」三宮麻由子**

**「科捜研の砦」　岩井圭也**

**「泡の子」　樋口六華**

**「夜刑事」　大沢在昌**

**「真珠王の娘」　藤本ひとみ**

**「挽歌の雪」　渡辺裕之**

**「私の人生論」　美輪明宏**

**「きらん風月」　 永井紗耶子**

**「江戸の宇宙論」　池内了**

**「ゆびさきに魔法」　 三浦しをん**

**「Ｍ－１はじめました。」　谷良一**

**「雫」　寺地はるな**

**また先日発表された2025年第22回本屋大賞上位を紹介します。なお、着手と書かれていない図書はすべてサピエでダウンロードできます。ご利用ください。**

**大賞　「カフネ」　阿部暁子**

**2位　「アルプス席の母」　早見和真**

**3位　「小説」　野崎まど　（点字着手中）**

**4位　「禁忌の子」山口未桜　（点字・デイジー着手中）**

**5位　「人魚が逃げた」　青山美智子（点字着手中）**

**次に2025年第6回宮崎本大賞を紹介します。**

**大賞　「じい散歩」　藤野千夜**

**「Ｎ」　道尾秀介**

**「三体」　劉慈欣**

**「先祖探偵」　新川帆立**

**「新！店長がバカすぎて」　早見和真**

**こちらもぜひどうぞ。**

**７．おすすめの点字図書**

**全国で製作された点字図書から１０冊紹介します。**

**（集計期間：令和７年２月１０日～４月１０日）**

**「ｉＰｈｏｎｅ完全マニュアル　２０２４」記載なし**

**「Ｃｏｐｉｌｏｔ　ｉｎ　Ｗｉｎｄｏｗｓ無料で使えるＡＩアシスタント１００％活用ガイド」リンクアップ**

**「天使たちの課外活動　１１　星と大地の芸能祭」茅田砂胡著**

**「東洋医学はなぜ効くのか　ツボ・鍼灸・漢方薬、西洋医学で見る驚きのメカニズム」山本高穂，　大野智**

**「解決！パソコン使い方ナビＳＴＡＲＴマニュアル」中古パソコンくじらや編集**

**「医者が教える最強の解毒術　２０万人を診てわかった医学的に正しい毒素・老廃物を溜めない生き方」牧田善二**

**「９割が答えられない「モノの単位」がわかる本」話題の達人倶楽部編**

**「座りすぎ腰痛は１分で治る！　腸腰筋が９割！」高子大樹**

**「血糖値がみるみる下がる！７秒スクワット　１回７秒　薬に頼らずヘモグロビンＡ１ｃが下がる！」宇佐見啓治**

**「語ることが許されない封じられた日本史」保江邦夫**

**８．休館日のお知らせ**

**６月・７月の休館日は、次のとおりです。**

**６月　毎週水曜日　４日・１１日・１８日・２５日**

**７月　毎週水曜日　２日・９日・１６日・２３日・３０日**

**２１日（月　海の日）**

**９．編集後記　　　　　　田中　真理子**

**休みの日は直売所によく行きます。結婚して宮崎に来て思うのは宮崎は食べ物が美味しいという事です。そんな宮崎の美味しくて新鮮な野菜や果物が直売所には並んでいて季節によって種類も色々変わるので今日は何があるんだろうと毎回行くのが楽しみです。おなじみの野菜や果物の他にもパクチーやローズマリーといったハーブやおしゃれなレストランで出てきそうなロマネスコ、スイスチャードなどの聞き慣れない名前の西洋野菜、時期によっては生のマッシュルームや料理の飾り用の食べる事ができるお花などスーパーではあまり見かけない物も売られていて行くだけでも楽しいです。スイカやとうもろこしが好きなのでこれから夏が来るのが待ち遠しいです。**

県視障協ニュース

**１．宮崎県視覚障害者福祉協会からのお知らせ・・ｐ.１７**

**２．協会研修会を開催します・・ｐ．１８**

**３．国際視覚障害者マラソン協力会よりお知らせ・・ｐ.１９**

1. **あしらせⅡ体験記・・ｐ.２０**

**５．６月、７月、８月の行事予定・・ｐ.２１**

**1．****宮崎県視覚障害者福祉協会からのお知らせ**

**この度、県視覚障害者福祉協会の体育部長の山下美智雄さんが勇退され後任に木村類さんが就任されました。山下さん長い間お疲れさまでした。これからも木村さんよろしくお願いします。**

**もう一つは、宮崎県視覚障害者ボウリング大会の詳細です。昨年と時間等が変更になっておりますのでご注意ください。主催者は例年と同じく高鍋町視覚障害者福祉会、そして高鍋舞鶴ライオンズクラブ、宮崎ひむかライオンズクラブさんの協力で行います。**

**日程は以下の通りです。**

**令和７年８月３日（日)**

**受付　１２時３０分～**

**開会式　１２時５０分～**

**スタート　１３時～**

**大勢の参加をお待ちしております。なお申し込みは７月２０日（日）までに理事長、小島まで電話またはFAXでお願いします。**

**電話・FAX　０９８３－２２－１８９８**

**大会では、全盲男女の部はガイドレールを使用し、アイマスクを着用します。また弱視男女の部、全盲男女の部は２ゲームを投げます。**

**なお今まで通り高鍋舞鶴ライオンズクラブ、宮崎ひむかライオンズクラブ杯として、両会から景品などを提供していただきます。**

**２．****協会研修会を開催します**

**今年も協会研修会を下記の日程で実施します。今年は高鍋町にお住まいの大庭康資さんに講師をお願いしました。みなさんご存じの方も多いかと思いますが、大庭さんは空手の世界障害者選手権大会で金メダルを、そのほかの大会でも多くのメダルを獲得された方です。大庭さんと空手との出会いなど、講演していただけると思います。ほかには消費生活センターから契約についての講演や、意見交換の時間も設けました。ぜひご参加ください。**

**日時：令和７年６月２２日（日）１０時～１４時３０分**

**（受付９時から）**

**場所：宮崎県立視覚障害者センター（２階交流ホール）**

**参加申込み：各地区団体長が取りまとめます。**

**その他：お弁当（お茶付き600円）の注文もお受けします。**

**当日受付にて集金しますのでお釣りのないようにご準備お願いします。なお、お弁当のキャンセルは６月１７日（火）午前中までとなりますので、ご注意ください。**

**３．****国際視覚障害者マラソン協力会よりお知らせ**

**「第３４回視覚障害者マラソン宮崎大会」が１２月１４日(日)「青島太平洋マラソン２０２５」と同時開催されます。**

**毎年「全国ランニング１００選」(月刊誌ランナーズ)に選ばれる全国的にも評判の良い大会です。**

**昨年は全国から４７名の視覚障害者選手のエントリーがありました。**

**走ったことのない方もこの機会にぜひ参加して、県外の選手の皆さんと触れ合ってみませんか。**

**記**

**日程：１２月１４日(日)**

**会場：宮崎県総合運動公園（宮崎市熊野）及び市内道路**

**種目・参加料・制限時間**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **種　　目** | **参加料** | **制限時間** |
| **マラソン（42.195ｋｍ）** | **１３，５００円** | **６時間２０分** |
| **１０ｋｍ** | **８，０００円** | **２時間** |
| **３ｋｍ** | **６，０００円** | **４０分** |

**（お弁当を予約される方は８００円追加）**

**申し込み期間：６月１８日(水)～７月１８日(金)　当日消印有効**

**過去５年間に参加された選手には案内文書が届きます。**

**専用振込み用紙に必要事項を記入して郵便局で振り込んでください。(インターネットでの申し込みは出来ません。)**

**大会の問い合わせ・申し込み等はセンター内にあります国際視覚障害者マラソン協力会事務局　電話・FAX　０９８５－２７－９８２３（担当　原田）へ連絡ください。**

**(祝祭日を除く月・火・木・金の９：００～１５：００)**

**４．あしらせⅡ体験記**

**センター職員の鶴です。最近振動で歩行をサポートしてくれる「あしらせⅡ」を購入しましたので、今回は装着してみた感想を報告します。あしらせⅡは衛星システム「みちびき」を使用したＧＮＳＳという測位システムを使っており、従来のＧＰＳよりも正確な位置測定を実現しています。あしらせⅡ本体は柔らかい革のベルトのようなものに「たまご型のタイマー」のようなデバイスが付いています。ベルトの部分を足の外側に沿うように靴の中にセットし、靴の外側にデバイスをクリップどめする感じで装着します。思ったより違和感がなく、足を圧迫したり歩きにくくなるということはありませんでした。なお、ナビゲーションを使うためには有料プランの契約が必要となりますので、まずはユーザー登録と有料プランの契約をしていきます。取り敢えず月額５５０円の基本プランで契約しました。ここで注意したいのは、アプリ内で手続きをすると月額６６０円と割高になる点です。プランの契約のページで「詳しくはこちら」を選択するとサファリでプランの契約のページが表示されますので、こちらから契約したほうがお得です。準備を整えていざ実験。まずは練習モードで振動の確認です。正しい方向を向いていると両足の甲の部分に振動がくるのですが、これは振動も大きく非常にわかりやすかったです。反対の方向を向いていると両足のかかとの部分に振動がくるのですが、振動が大きくてこれもわかりやすかったです。しかし横の振動はうまく密着していないせいかわかりづらかったため、設定から振動を一番強くしてみました。それでも横の振動はわかりづらかったので、うまく密着させる工夫をする必要がありそうです。このほか目的地に到着したときに足全体が３回長めに振動する到着振動、ルートから外れた場合に足全体が４秒間振動するりるーと振動も試してみましたが、どちらも振動が大きくて非常にわかりやすかったです。ただし、歩きながら振動を把握するには慣れが必要と感じましたし、靴もぴったりとフィットしていて、さらにクッションの弱い靴の方が振動が足に伝わりやすくて良いと思いました。次号では実際に歩いた感想を報告したいと思います。**

**５．****６月、７月、８月の行事予定**

**【６月】**

**１日　理事会（視障センター）**

**１５日　定時評議員会（視障センター）**

**２２日　視覚障害者研修会（視障センター）**

**２９日　サウンドテーブルテニス大会**

**（明星視覚支援学校）**

**【７月】**

**５,６日　九盲連理事会（大分市）**

**１３,１４日　九州盲女性研修大会（福岡市）**

**２０日　九州盲青年研修大会（久留米市）**

**【８月】**

**３日　ライオンズクラブ杯ボウリング大会**

**（宮崎エースレーン）**

**《追加のお知らせ》**

**メガネのヨネザワ主催の福祉機器展示会が開催されます。**

**場所：宮交シティ内**

**東口エントランス（ミスタードーナツの近く）**

**日時：7月27日日曜日**

**時間：午前10時〜午後5時まで。**

**問い合わせ先：メガネのヨネザワ　宮崎住吉店**

**甲斐さん　電話　　0985-39-2121**

**「是非、皆様のご来場をお待ちしております」とのことでした。**

**次号の発行は令和６年８月１日の予定です。**