



Let's enjoy 障害のある人もない人も一緒にチャレンジ

ルミエールフェスタ 2019 イベント情報

1 チャレンジド・ヨガ ～視覚障がいの方のヨガ～ 4階研修室・集会室

わかりやすい言葉でゆっくりと、時にお一人お一人に触れながら、ヨガのポーズを取れるように進行していきます。今回は、椅子に座ってのヨガです。ご家族の方やガイドヘルパーさんなど、同伴の方も一緒にご参加いただけます。ヨガにチャレンジしてみませんか？

開催時間: 1回目 10時～10時45分
2回目 12時30分～13時15分
3回目 13時45分～14時30分

定員 それぞれ20名

※ 事前に申し込みを受け付け致します。申し込み締め切り9月22日(日)

※ 申し込み先：声と点字の図書館 088-823-9488

講師: 一般社団法人チャレンジド・ヨガ～視覚障がいの方のヨガ～

代表理事 所沢クラスインストラクター 高平千世氏

理事 横須賀クラスインストラクター 佐藤友見氏

協力: 重度障がい児(者)やご家族のためのスポ・レク活動教室

はなまるキッズこうち 代表 廣戸優尊氏

※ 動きやすい服装でお越しください。



2 クライミング体験 4階研修室・集会室

壁の中の手がかり(ホールド)を使って、登っていきます。

見えない・見えにくい方には、わかりやすい言葉でどの位置に手がかり(ホールド)があるか、説明をします。

4面の壁を制覇してみよう！！

協力: クライミングジム&ショップ ストーンラブ

開催時間: 9時30分～15時

対象: 小学生以上(小学生は保護者の同伴が必要です)

※ 安全確保のため、場合によってお断りすることがあります。ご了承ください。

※ 動きやすい服装でお越しください。



3 タンデム自転車試乗会 オーテピア 多目的広場

2人分のペダルとサドルが縦列に並んでいる自転車の体験会です。ハンドル操作がいらないため、視覚障がいの方も乗ることができます。

開催時間: 10時～12時、13時～15時30分 (時間が変更になる場合があります)

協力: 香南市 商工水産課 ※動きやすい服装でお越しください。

対象: 小学生以上(小学生は保護者の同伴が必要です)

※ 安全確保のため、場合によりお断りすることがあります。ご了承ください。

4 バリアフリー映画 博士の愛した数式 4階 ホール

※ 開場:9時

※ 上映開始時間:9時30分～11時30分

5 便利グッズの即売・機器展示会 4階研修室・集会室

見えない・見えにくい方の日常生活をより便利にするための機器の展示・即売会です。

今回の出展は県内業者のみとなります。

開催時間:9時30分～16時

1 フタガミ

防災グッズ(笛、緊急地震速報機、モバイルバッテリー、ミニソーラーパネル)他

2 メガネのカドタ

ルーペ、遮光眼鏡、拡大読書器、音声時計、サインガイド、ハガキ封筒宛名書き定規セット、
白黒反転の文房具、キッチン用品、白黒反転カレンダー(令和2年度分予約受付) 他

3 メガネのクスノセ

オーカムマイアイ、拡大読書器、ルーペ、読書支援器、活字読み上げ装置、音声時計、
ラジオ 他

(50音順)

6 盲導犬教室 1階 声と点字の図書館 ボランティアスペース

一般の方向けの教室です。盲導犬の生い立ちや視覚障害者との生活などをわかりやすく紹介。

開催: 10時～10時30分

講師: 関西盲導犬協会

7 視覚障害の方向けの盲導犬体験歩行 4階研修室・集会室

盲導犬と一緒にオーテピアの館内や周辺を歩きます。

開催時間: 9時30分～16時

当日、申し込み可能。予約優先。

8 視覚障害サポート教室 1階 声と点字の図書館 閲覧室

視覚障害の方への接し方や移動の方法などサポート方法を学ぶ教室です。

主催: 高知県立盲学校

開催時間: 10時30分～11時30分

9 サウンドテーブルテニス 1階 声と点字の図書館 会議室

卓球台の台上でボールを転がしネットの下を通して打ち合う競技です。視覚障害に関係なくだれでも楽しめるスポーツです。

開催時間: 9時30分～16時

受付: 随時

10 高知県「目の健康」講座 4階 ホール

第一部 講演会 ① 13～14時「突然目が見えなくなったら!」、② 14～15時「白内障手術は進化しました」

第二部 15～16時「目の無料健康相談」 ※目の無料健康相談は、先着10名様となります。



主催

高知県身体障害者連合会(ルミエールサロン)、高知声と点字の図書館