



発行日 平成29年4月1日
発行 特定非営利活動法人
神奈川県レクリエーション協会
編集 広報委員会
事務局 〒221-0855
横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1
神奈川県立スポーツ会館内
電話 (045) 320-2430
FAX (045) 320-0640
<http://www.kanagawa-rec.or.jp/>

やってよかったしく活動 学んでよかったしく運動 もってよかったこの仲間

障がい者スポーツと レクリエーション



(特非) 神奈川県レクリエーション協会
副会長 岸 正晴

東京オリンピックパラリンピックが近づくとつれ、パラスポーツという言葉が喧しく聞かれるようになりました。これまで障がい者スポーツというトリハビリテーションを目的に行われるものが中心でした。もちろん現在でもその役割を失っているわけではありませんが、近年は機能回復訓練をはるかに超えて高度であり、激しく、観覧する者を魅了するものになっています。トップレベルの選手の競技は、障がいを超越しており、すでに障がい者スポーツは孤高のスポーツ文化を作り上げているとも思えます。

しかしそのスタートは、ハンディキャップはあるけれど「あのスポーツをやってみたい」「僕にもできる?」というわずかな希望だったのだと思います。そのわずかな希望に大きな工夫と励ましのスパイスを加え、障がいのある人もない人も、ともに楽しめる世界を作っています。

さてレクリエーション界ではどうでしょうか? 以前、私は「スコレ」でレクにユニバーサルデザインのすすめを書き、「アクセス権の保証」を述べたことがあります。つまり障がい者、高齢者、子ども、女性、病弱の方など、どんな人にも「そのレク、私にやる権利あるよね」を認めようということです。それはいつでも、どこでもですが、皆さんの楽しんでいる種目はいかがでしょうか?

車椅子の方が突然来ても、すぐ一緒にできる工夫はできていますか? ルールは変更可能ですか? 指導者は確保できていますか?

障がい者が大勢参加できるレクスポーツは県レクの大得意でありたいと思います。

思い出すままに



(特非) 神奈川県レクリエーション協会
副会長 篠崎 明弘

今年は県レク協会が創立60周年を迎えるという。過ぎ去った年月の早さを実感すると同時に、県レク協会は今や立派な組織に成長を遂げてきた。古い話で恐縮だが、私のレク活動に参加した頃の思い出を記してみた。

一 レク活動へのアプローチ

昭和25年のこと、義務教育を終えると地域の青年団からお誘いがあり私も入団した。併せて近々、社会学級が開かれるので、ぜひ参加してみたい、との勧めがあり応じることにした。その講座の中に体育レクリエーションがあり、主としてフォークダンスが行われていた。夜の学校で初めて体験したフォークダンスだったが、その楽しさはみんなで共有することができた。

こうして社会学級で学習したフォークダンスや民踊は地区体育祭などでも公開演技として披露する機会が設けられていた。

二 楽しかった県のレク大会

昭和27年、県教委主催の第三回レク大会が藤沢遊り寺の境内で開催された。

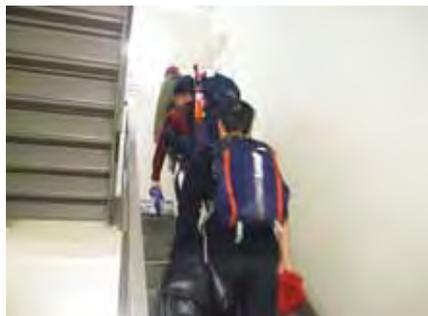
友人とともに初めて市外のレク行事に参加したのだったが、県下から熱心な大勢の愛好者が参集し、初対面の方々と共に生き生きと過ごしたフォークダンスの時間は、今でもすばらしい体験として脳裏に残っている。

こうしてレク参加の機会をいただいた諸先輩には今でも感謝していることである。

事業報告あれ！これ！

スカイライミング 2017

1/22(日)に横浜ランドマークタワーを1階から69階スカイガーデンまでの1,458段を歩いて上るスカイライミング2017が開催されました。参加者2,200名を見込むビッグイベント。華やかなオープニングセレモニーの後、ゲストの体操選手、田中和仁氏、鶴見虹子氏を先頭に第一陣が10時に出発。ワイワイガヤガヤと皆さん思い思いに楽しんで上がられていきます。自分の足で上り切った達成感と充実感をいっぱい感じられた様子でした。



「新春の集い」盛大に開催される

1月21日(土) 功労者表彰及び新春の集いが崎陽軒本店 5F『マンダリン』で午後4時から開催されました。冒頭、明石県レク会長の力強い新年の挨拶で始まり、引き続き今年度11名の方々に永年のレク活動に対して「功労者表彰」が授与されました。その後「新春の集い」が行われ、親交を深めました。

参加者全員がお元気で来年も再会出来る事を期待しています。



指導者連絡会・公認講師学習会

2/25(土) 神奈川県立スポーツ会館にて「指導者連絡会・公認講師学習会」が開催されました。

午前中は「指導者連絡会」で、実践発表や意見交換、情報交換などが行われました。

午後は「公認講師学習会」としてレク・インストラクター養成新カリキュラムについて県レク役員より説明がありました。

県下指導者が集まり、効果的な学習の進め方など学習を深められたようでした。





平成29年度

かながわレクスクール

レクリエーション・インストラクター資格取得公認講座
(公財)日本レクリエーション協会公認

開催のお知らせ

楽しさをとおして心を元気にするレクリエーションの実践力を身につけよう

「楽しい」が笑顔をつくり、笑顔が「楽しさ」をふくらませます。

子育て支援や地域づくり、高齢の方の生きがいづくり、異文化交流など「遊び」を活かして伝える「遊びの創り手」の養成講座です。

レクリエーションに関する理論や実技に加えて人と人をつなぐ「コミュニケーションワーク」を体験学習しながらレクリエーション・マインドを育てます。



- ① 受講対象** レクリエーション活動に興味を持つ18歳以上の方30人(先着順)
幼稚園、学校、社会福祉施設、地域活動やボランティアで役立てたい方
- ② 講習日時** 平成29年6月10日(土)から9月2日(土) 全9回 ※詳しくは日程表をご覧ください
- ③ 講習内容** ①レクリエーション理論(レク基礎理論・レク支援論・レク事業論)
②レクリエーション実技(コミュニケーション・ワーク)
(目的[対象]にあわせたレクワーク)
(演習I・II)
③現場実習(関係行事に指導運営スタッフとして従事)

本講習会は、理論・実技で51時間行いますが、それ以外に現場実習3回が必要です。
全日程を履修し、所定の審査に合格すると資格が取得できます。

④ 受講料 37,000円

⑤ 申し込み 郵便振替にて受講料(37,000円)をお振込みください。
振込みの確認により正式申込とさせていただきます。
尚、講習会が中止となる以外はいかなる場合も返金できません。

振込口座 00220-2-61541

加入者名 特定非営利活動法人 神奈川県レクリエーション協会

通信欄に(1)住所 (2)氏名(フリガナ) (3)性別 (4)年齢(傷害保険加入) (5)すぐに連絡の取れる電話番号 以上を忘れずお書き下さい。

入金確認後、受講のお知らせをお送りいたします。

⑥ 申し込み締切 平成29年5月15日(月)お振り込み分まで

⑦ 主催問い合わせ



特定非営利活動法人 神奈川県レクリエーション協会

〒221-0855 横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1 県立スポーツ会館内

TEL : 045(320)2430 FAX : 045(320)0640

E-mail : jim@kanagawa-rec.or.jp

開局 : 火~金曜の10時~17時

閉局 : 土・日・月・祝祭日・県立スポーツ会館休館日

⑧ 後援 神奈川県

スポーツくじ

toto
FOR ALL SPORTS OF JAPAN

BIG

神奈川県レクリエーション協会では、4つの専門委員会が委員会活動をしています。任期は2年です。やる気のある方、ぜひ委員会活動に参加してみませんか？ 2018年度募集予定です。

→ 総務企画委員会

前年(26・27年)度と同じく、活動のスタンスは「財源の確保」と「組織強化」で、メンバーは、高桑、磯部、金江、山田、笹野の男性5人です。

具体的な取り組みとしては以下の通りです。

- 「『友の会』入会・更新&ありがとう!キャンペーン」の実施及び協会役員・専門委員の方々への入会促進。
- 「総会まえ元気UPシリーズ」のタイムリーな実施とリーフレット等による協会活動の継続。
- toto基金&寄付金制度の有効活用と経費節減
- 関係団体・機関との連携(3033生涯スポーツ推進会議やかながわ健康プラン21推進会議への継続参画)。併せて、今年度は待望の協会ポロシャツを作り、動く協会広告として大いに宣伝・活用していきます。



→ 事業委員会

レクリエーション活動を通して楽しく健康作りが出来る事を目標に、かながわスポレク大会の企画・運営をはじめ、チャレンジ・ザ・ゲーム大会の実施。また、県下の各フェスティバルへ出前イベントとしての参加等、年間を通して活動をしています。

活動の広がりと共に多様な種目の実施やニュースポーツの紹介、さらに、より広域な展開が望まれ、事業委員の増員が必要となり、本年度から9名の委員により随時対応しています。

大都市部・町村部・臨海地区等、神奈川県の様々な地域において、小さな子どもから高齢者の方まで幅広い年代の人と一緒に楽しく活動し、イベントを盛り上げていける事を嬉しく思います。今後も誰もが楽しめるスポーツやゲームを紹介し、安心して楽しめるレクリエーション活動の普及のために力を合わせて行きたいと思えます。



→ 指導者養成委員会

今年度の県レクスクール受講生は、8名と少人数ではありましたが、講師陣のお力もあり例年と遜色の無い良い講座が終了出来ました。実技講習の目玉は、国立長寿医療研究センターで開発された、運動による認知症リスクの軽減プログラム「コグニサイズ」を取り入れたことと、県発信の「～くらしに運動・スポーツに習慣を～」という3033運動を2コマ3時間としたことです。また、レク・サポート協会との合同事業である「第3回 学びの広場i n Rec」では、東京オリ・パラを意識し「障害を持つ人も持たない人も一緒にスポーツ」など6つのプログラムが用意出来ました。



委員会のメンバーは、浅葉、小島、川口、笹原、波多野、藤田、横山の8名です。

県レク60周年の節目を迎え、次年度の県レクスクールにはより多くの受講生を確保する努力をしています。皆様のクチコミにも期待しています。

→ 広報委員会

1年目に99号、100号(記念紙:12面)、101号(同)。2年目に102号を発行しました。県レクの事業報告、ニュースポーツの紹介、各地域加盟団体の傘下のレクリエーション活動の紹介などに力を入れてきました。取材活動を原点に、読んで力になる、為になる内容を目指しています。9名の広報委員(新戸、青木、川島、戸田、石川、姉川、今関、田澤、松岡)も広報の仕事にも慣れ、後1年間のスコレ発行に邁進していきます。また、県レク事業方針、事業報告、取材した記事等を併行して「ホームページ」にも掲載して行きます。広報委員だけでは取材できない場合、地域加盟団体のレク活動を写真と記事を送って頂ければ、「スコレ」「ホームページ」に掲載出来、県レクと地域を結ぶ絆が深まります。



>>> 追跡

あの人は今

レクリエーション資格を取得した方の、
各地域での活躍をシリーズで追跡します。

チャレンジと出会い

今関 麻子さん
(2016年終了)



こんにちわ、今関です。レクリエーションインストラクター資格を取得して早1年以上が経過しました。現在私はレクリエーションサポート協会の理事と広報委員を務めています。様々な活動を運営したり取材したりしていますが、ひよここのためわからないことだらけです。多角度の知識人に囲まれて「あっ」という間に時間がたち、目標も立てられず何をしていこうかわからないままなのは、資格を取る前と変わっていません。ですが、1年で色々なことにチャレンジできたのは大きな収穫です。イベント取材では人脈を広げられ、また、たくさんのチャンスをもたらしてくれました。

記憶に残っているのは昨年の学びの広場です。6講座の中から参加したいものを選ぶ。私は取材兼参加者として当日を迎えました。取材を通してすべての講座を覗いてみたいなという希望はあったのですが、私が選択した講座(マンカラ・作って遊ぼう)があまりにも楽しく、すっかり没頭してしまいました。その日の反省会で、参加できなかった講座の感想を聞いて「そっちも良かった」という思いが残りました。でも今後学んでみたいものを残せたと考えました。

次はどんな1年になるかはまだ分かりません。私なりに活動できたらと思っています。

私とレクリエーションとの出会い

小原 由佳里さん
(2011年終了)



私とレクリエーションとの出会いは、特別養護老人ホームで介護職として働きはじめた13年前のことです。ホームでのレクリエーションを経験し、ご利用者とスタッフが一体となっていきいきとレクを楽しまれ、レクリーダーのパワーに感動したことを思い出します。この時のレクリーダーが私にレクの素晴らしさ、レク資格があることを教えて下さり、私も人を感動させられるようなレクができるようになりたいと思い受講しました。

レクスクールでは、様々な講師のパワーを頂き、レクの楽しさやレクには人の心を動かす力があることを学びました。またレク仲間との出会いもありました。レク資格取得後はさらに福祉レクワーカーも取得し、ホームでのレクに活かし、ご利用者の笑顔を引き出す取り組みなど、介護の仕事も楽しくなりました。レクを学ぶきっかけになった様々な出会い、感動を思い出し、またレク仲間との出会いが今の私のレクリエーション活動につながっています。

現在はホームでのレクがもっとご利用者やスタッフに楽しんでもらえるようにとの思いから「遊人会88」というグループ名で一年に一度の研究会に参加しています。内容は、レク財を持ち寄り、「翌日から現場で活かせるレク研修」です。

今も初めてレクと出会った時の感動を思い出しながら、活動を続けています。

崎陽軒

崎陽軒本店 同窓会プラン

個室・宴会場で、同窓会・クラス会・OB会に
3時間ゆったりご利用いただけるプランです。

Aプラン
平日の昼食限定
7,000円
(税・サ・送料込)
フリードリンク付

Bプラン
平日の昼食
土・日・祝日の終日限定
6,200円
(税・サ・送料込)
ワンドリンク付



※お部屋は3時間までご利用いただけます。4名様より承ります。
※中国料理コースまたはイタリア料理コースをお選びください。

ご予約・お問い合わせ ☎045-441-8880

崎陽軒本店
〒220-0011 横浜市西区高島2-13-12
E-mail enkai@kiyoken.co.jp
URL http://www.kiyoken.com/

ゲーム紹介 ▶ 指折り脳トレ

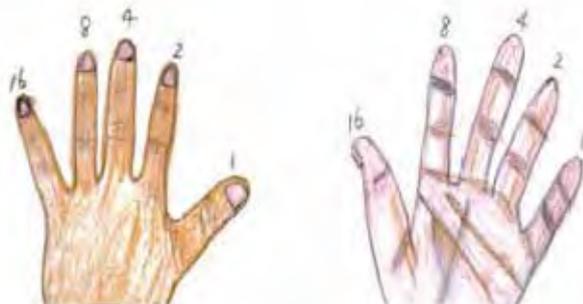
指は省略（例：親→親指 人→人差し指）

0	グー	16	小
1	親	17	小+親
2	人	18	小+人
3	親+人	19	小+人+親
4	中	20	小+中
5	中+親	21	小+中+親
6	中+人	22	小+中+人
7	中+人+親	23	小+中+人+親
8	薬	24	小+薬
9	薬+親	25	小+薬+親
10	薬+人	26	小+薬+人
11	薬+人+親	27	小+薬+人+親
12	薬+中	28	小+薬+中
13	薬+中+親	29	小+薬+中+親
14	薬+中+人	30	小+薬+中+人
15	薬+中+人+親	31	パー

指をNo.1～No.31まで順番に折っていきます。両手でも片手でもできます。まず手をグーにして、No.1は親指だけたてます。またグーにしてNo.2人差し指だけたてます。またグーにしてNo.3は親指と人差し指をたてます。こんな調子でNo.31まで数えながらやってみましょう。慣れてくると、指たて順番は覚えてしまいます。途中むずかしいところもあります。

がんばって挑戦してみてください。集中力も高まりますよ～

*2 慣れてきたら、手のひらから見て、小指をNo.1として反対からかぞえることもできます。両手で片手は親指から、片手は小指からも面白いですね～



加盟団体おもしろ行事紹介

～愛川町レクリエーション協会の巻～



春を満喫

野草の会

「野草の会」は、愛川レクリエーションクラブが、4月の第1日曜日に、春を満喫出来る事業として昭和55年より実施し、平成29年4月で38回目となる息の長い事業です。中津川沿いの坂本地区にある河原の一角に陣取り、周辺の春の野草を摘んで食べます。ヨモギ、ノカンゾウ、タンポポ、ツクシ、セリ、ユキノシタ等を、お浸しにしたり、天ぷらにしたりして食べます。苦みや甘みを堪能し、春の香りを感じながら、新年度のスタートをきる事業でもあります。また、川沿いには桜の木が沢山あり、ちょうど満開になる頃です。

目で春を楽しみ、食に満足し、仲間と語り合う、まさにレク活動の神髄でもあると感じています。最後は、天ぷらそばや天ぷらうどんで閉めます。こんな要素がある事業ですから、長続きしているものと感じています。よろしかったら、参加してみませんか。お声かけください。

愛川町レクリエーションクラブ
会長 井上 桂

※愛川レクリエーションクラブは、日レク公認指導者を中心に創立したクラブで、愛川町レクリエーション協会に加盟しています。



ニュースポーツ紹介

ボッチャ



2020年「東京オリンピック」が目前に迫ってきました。この歴史に残るイベントの為に大画面テレビを購入された方もいるのではないのでしょうか。今回は障害者スポーツの祭典「パラリンピック」で正式種目になっている「ボッチャ」を紹介します。

【ボッチャとは】

青と赤の「カラーボール」を投げたり転がしたりして、「ジャックボール」と呼ばれる白いボールにどれだけ近づけるか競う競技。

【対象者】

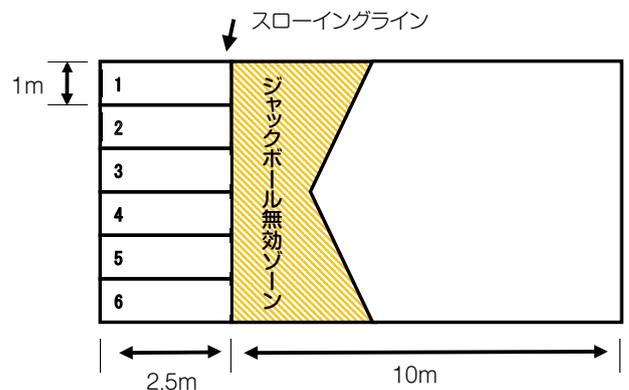
パラリンピックでは重度脳性麻痺の方が対象になっていますが、障害の有無に関わらず、子供から高齢者まで誰でも楽しめます。「個人」「ペア」「三人一組」の3種目があります。

【用具】

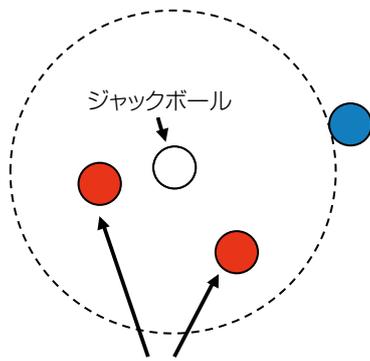
- ① ボール…白×1、赤×6、青×6（表面は柔らかく、あまり弾まない様になっています）
- ② ランプ(勾配具) …障害により直接ボールを投げる事が難しい場合、介助者に自分の意思を伝えられれば、ボールを一方方向に転がせるスロープが使用可能です。

【競技の進め方】

- ① 「赤ボールチーム」と「青ボールチーム」に分かれ、先攻がジャックボールを投げ、次にカラーボールを投げます。
(ジャックボール無効ゾーンに入った場合は相手のチームに投球する権利が移ります)
- ② 後攻がカラーボールを投げます。
- ③ ジャックボールより遠い位置にあるチームが次に投げます。
- ④ 両チームが全てのボールを投げ終わったら得点を計算します。



選手は1～6のボックス内でプレーする。
個人戦…3(赤)、4(青)
ペア戦…2、4(赤)、3、5(青)
チーム戦…1、3、5(赤)、2、4、6(青)



【得点の計算方法】

ジャックボールより最も近いチームに、相手チームのボールとジャックボールを結んだ線を半径とする円の中にあるボールの数が得点となります。

【ボッチャの面白さ】

ボッチャが一番盛り上がる点は、カラーボールが当たる事により、白いボールが移動し、その度に有利、不利が変化し、作戦を練る事が可能です。



力と自信がつく教育で
「考え、行動する人材」を
育成します。

■工学部

機械工学科(航空宇宙学専攻含む)
電気電子情報工学科
応用化学科
臨床工学科

■創造工学部

自動車システム開発工学科
ロボット・メカトロニクス学科
ホームエレクトロニクス開発学科

■応用バイオ科学部

応用バイオ科学科
栄養生命科学科(管理栄養士養成課程)

■情報学部

情報工学科
情報ネットワーク・コミュニケーション学科
情報メディア学科

■看護学部

看護学科

神奈川工科大学
KANAGAWA INSTITUTE OF TECHNOLOGY

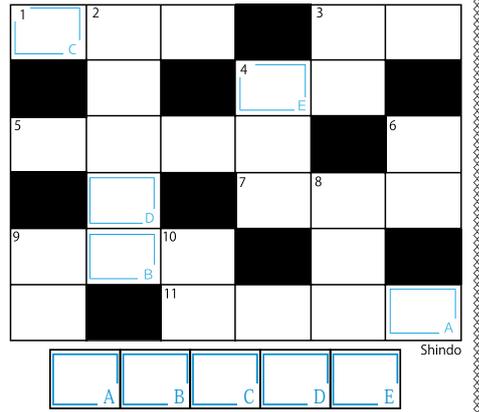
〒243-0292 神奈川県厚木市下荻野1030 TEL 046-291-3002
E-mail kikaku@kait.jp URL <http://www.kait.jp/>

頭
レク

クロスワードパズル

- ☆☆☆ タテのカギ ☆☆☆
 【2】 銃のような弓。洋弓銃。
 【3】 オーケストラ
 【4】 ゴキブリ→アヒル→ゴリラ→人間。
 ○○○じゃんけん
 【6】 三人の日？
 【8】 売り上げ部数第1位は「いないい
 ないばあ」
 【9】 「料理のさしすせそ」の「そ」
 【10】 テニスやバドミントンで「0点」

- ☆☆☆ ヨコのカギ ☆☆☆
 【1】 最後に落ちがつきます。
 【3】 高、色、氷、くつつき、手つなぎ、…
 【4】 これじゃあ船は出せないな…
 【5】 陣地と安全地帯以外はケンケン
 【7】 合唱したり夜回りをしたりする
 生き物
 【9】 神奈川県最南端の市
 【11】 ハイジが乗っているものは時速
 68km だとか



Shindo

**県レクポロシャツが
できました！
(1枚 2500円)**

お問合せ・ご注文は
県レク HP をご覧ください。

「友の会」入会のご案内

「友の会」は、当協会が主催するイベント情報を定期的にお知らせし、イベントへの参加、レクリエーションに関する相談等、皆様のレクリエーション活動の支援をすることを目的に創設しました。

入会の特典

- レクリエーションの情報紙「スコア」を年間3回お届けします。
- 各種イベントに参加できます。
- 「会員バッジ（胸章）」をお届けします。
- レクリエーション用具等が10%割引価格で購入できます。
- 会員年額3,000円
- すてきなグッズをゲット！入会した方、更新した方にプレゼント



【胸章】
(缶バッジ)
入会者に交付

詳しくは「友の会」事務局にお問い合わせください。

(特非) 神奈川県レクリエーション協会
☎ 045-320-2430

「スコア102号」をお届けします。桜が舞い散る中、暖かい陽気に包まれ、いよいよ春本番の到来を感じます。新たな年度を迎え、進学や就職（転職）など生活の変化に期待と不安を感じている方々も多いと思います。◆今年度から「スコア」の発行時期が4月・8月・12月に変更になりました。◆今後も皆さまに楽しんで頂けるよう新鮮な情報をお届けしてまいります。ぜひ忌憚のないご意見・ご感想をお待ちしております。(I)

編集
後記

スポーツ安全保険

スポーツ安全協会 神奈川県支部

〒221-0855 横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1 県立スポーツ会館 TEL045-311-0653(代表)

電話受付時間 午前9時～12時 午後1時～午後5時
(日、月曜日、祝日及び県立スポーツ会館の休館日は休みになります。)

スポーツ安全協会 検索

インターネットからも加入受付を行っております。詳しくは、ホームページをご覧ください。

携帯電話から資料請求ができます。

http://www.sportsanzen.org

●資料請求は、インターネットより受付けております。