



やってよかったしり活動
 学んでよかったしり運動
 もってよかったこの仲間

丹沢・鍋割山をあるく

急な登りが続き、ハア〜ハア〜と息を切らしつつやっと到着した山頂。目の前にデーンと飛び出すはずの富士山が、今日はあいにくの曇天で姿は見えず。う〜ん悔しい。ここは富士山の絶景ビューポイントでもあるのです。

神奈川県西部にひろがる丹沢は、アクセスもよいことから子供連れのファミリー、若者から中高年の方まで多くの方が歩かれています。中には80代のお元氣な方も。人生100年時代、健康維持には歩くことが大切と、日頃からウォーキングを日課にされている方も多いと思いますが、そんな方には“山歩きがおすすめ”、ということで、丹沢南部にある鍋割山をめぐって歩いてみました。鍋割山は標高1273m、同じ丹沢にある大山と同じくらいの標高の山です。

今回は丹沢の玄関口の一つ、大倉からスタートします。大倉は休日ともなるとたくさんの登山者であふれます。鍋割山へはのどかな農道歩きから。300mほどで山道へ入ると鹿よけのネットがあり、そこをくぐって3分ほどで西山林道です。林道は落石等の危険から一般車の通行は禁止。植林されたスギやヒノキが整然と立ち並ぶなかの林道歩きが始まります。一時間ほど歩くと、クヌギやカエデを始めとした広葉樹に変わります。木々の葉が陽に当たって輝き、風にそよぎ、木漏れ日となります。マイナスイオンたっぷりのなか、ほとんど平坦な林道歩きをしばし楽しめます。左手に四十八瀬川の流れが、大きな水音と共にあらわれるとほどなく二俣へ到着。ここは塔ノ岳方面から流れ出る勘七の沢と四十八瀬川との合流地点で、開けた河原もあって格好の休憩ポイントとなっています。丹沢には沢も多くて沢登りも人気ですが、せせらぎと木陰は疲れた体をいやしてくれます。いいもんですね〜。

緩い登り道が始まり、本沢での二度目の渡渉の後、しばらく行くと林道終点のミズヒ沢へと到着します。大倉からはここまで2時間ほどでした。突然目の前に、水道水を入れたペットボトルがずらりと並

ぶ異様な光景が。貼り紙には「ボランティア精神旺盛な方はご協力をお願いします」とあります。山頂には水場がないため、鍋割山荘の主人が「登山者の方に運んでもらおう」と、この方式を考え出したものですが、トレーニングも兼ねて、2つ3つと運ぶ猛者も見られるほどの名物行事にもなっているようです。

さて、いよいよここから鍋割山への本格的な登り、山頂への標高差600mほどをバテないように、ゆっくりと登っていきます。道は歩きやすいように、よく整備されています。うっすらと汗がにじみ出し、30分ほどで後沢乗越へ到着。ここは松田町・寄から鍋割山へ歩くコースとの合流地点で、一息入れる方も多いところ です。

ここからは急な登りが始まります。大量に吹き出す汗をぬぐいながら、木立に囲まれた急登をひたすら登り続けて、少し傾斜が緩やかになったなと感じたら、そこは標高1100mあたり。左手に徐々に眺望が開け、晴れた日には富士山も見えて、ホッと一息をつく所でもあります。ここから最後のひと登りでまもなく山頂へ。山荘の赤い屋根のお出迎えます。やっと着いた。その「達成感」、いつもながら登頂の感慨はひとしおです。それを感じたくて登ってるのかも？

絶景がひろがるはずの山頂なのですが、冒頭のように今日は曇天。ならばと、もう一つの楽しみ、鍋割名物“鍋焼きうどん”を食べることにしよう。「山歩きの楽しみはいろいろさ」と。その時々で楽しみ方もいろいろあります。これも山歩きの楽しさのひとつかな。

それにしても“鍋割山に鍋焼きうどん”とは。素晴らしい組み合わせで恐れ入りますね。

山を歩くということ、なぜ山へ行くかということ、思いは人それぞれにあると思いますが、山での楽しみは一度経験すると病みつきとなるようです。私がまさにそうで、いろいろな山でその時々山の楽しさを満喫しています。みなさんも山も歩かれて、山の楽しさを感じられて見てはいかがですか？

(広報委員：姉川 護)

▶手前右手山頂が鍋割山。鍋割山尾根越に11月の富士山。



ねんりんピックかながわ2021の概要について

神奈川県スポーツ局ねんりんピック課

令和3(2021)年11月6日(土)～9日(火)の4日間にわたり、第34回全国健康福祉祭神奈川・横浜・川崎・相模原大会(愛称:ねんりんピックかながわ2021)が神奈川県で開催されます。

ねんりんピックは、主に60歳以上の高齢者を中心としたスポーツ、文化、健康と福祉の総合的な祭典です。スポーツ交流大会や文化交流大会をはじめ、健康や福祉に関する多彩なイベントを通じ、高齢者を中心とする国民の健康保持・増進、社会参加、生きがいの高揚を図り、ふれあいと活力ある長寿社会の形成に寄与するため、昭和63(1988)年から毎年開催されています。今年度は和歌山県、来年度は岐阜県で開催されます。

全国で唯一、県と3つの政令指定都市が主催するねんりんピックかながわ2021では、基本構想に4つの大会目標①未病改善で笑顔あふれる人生100歳時代を目指す大会②誰もがともに生きる社会の実現に向けた大会③ラグビーワールドカップ2019™、東京オリンピック・パラリンピック競技大会のレガシーを引き継ぐ大会④多彩な魅力に富む「かながわ」を実感できる大会を掲げ、スポーツへの関心が高まる中、全国からの観客を含め、延べ約60万人の来場を見込み、高齢者のスポーツ・文化の振興を図ります。

また、ねんりんピックかながわ2021は、県内26市町にて、初開催種目2種目を含む、ねんりんピックでは過去最多の32種目の交流大会を実施します。交流大会は、卓球やテニスといった「スポーツ交流大会」(10種目)や、囲碁

や将棋などの「文化交流大会」(4種目)のほか、開催都道府県・政令市が選ぶ「ふれあいスポーツ交流大会」(18種目)を開催し、サーフィンとスポーツチャンバラを初めて実施します。サーフンは、オリンピック競技としても東京2020大会で初めて採用されることから、盛り上がりが期待されます。一方、スポーツチャンバラは、老若男女問わず楽しむことができ、海外でも人気が高まっているニュースポーツです。

例年、スポーツ・文化交流大会には、全国から約1万人の選手・役員・監督が参加します。このほか、子どもから高齢者まで気軽に楽しめるレクリエーションやふれあいニュースポーツの体験イベント等を県内市町村で実施し、神奈川県全域で大会を盛り上げていく予定です。

さらに、総合開会式・閉会式をはじめ、高齢者の経験・知恵を生かした地域文化等伝承活動の紹介をする地域文化伝承館や、健康フェア、美術展、シンポジウム、健康福祉機器展、音楽文化祭、ふれあい広場等、どなたでも無料で参加できるイベントを予定しています。どうぞお楽しみに。

(事前申込が必要になる場合があります。内容が決まり次第、ホームページ等でお知らせします。)

ねんりんピックかながわ2021に向けての

「ウォークラリー大会」開催の案内

2020年10月31日(土)から11月3日(火)に開催される「ねんりんピック岐阜」。大会に参加する神奈川県代表選手の選考委員会を兼ねて「かながわシニアスポーツフェスタ2019ウォークラリー大会」を2020年3月7日(土)座間市で開催します。

神奈川県レクリエーション協会主催で座間市レクリエーション協会主管。座間市レクリエーション協会が中心となり準備が進行中です。ウォークラリー大会に多くの選手の参加をお待ちしています。あなたも神奈川県代表選手に向けてチャレンジをしてみませんか？

参加要領

- チーム編成は1チーム5名。参加資格は神奈川県に在住の60歳以上(昭和35年4月1日以前に生まれた人)の男女となります。
- 募集人員は20チーム(合計100名)
- 競技方法:渡されるコース図に従って歩いていただき、コース途中に設けられた課題をクリアしながらゴールをめざします。隠された時間得点と、課題得点との合計で順位が決まります。
- 参加費は、1組1,500円

※この大会の優勝チームが、岐阜大会のウォークラリーへ神奈川県代表選手として参加いただけます。

「ねんりんピック2021」では、座間市でウォークラリー大会が行われる計画です。それに向けて、2020年の11月には、リハーサル大会を予定しています。

尚詳細は、座間市レクリエーション協会事務局 佐藤節子氏

〒252-0003 座間市ひばりが丘3-48-4 TEL&FAX/046-253-4722

多くの方のご参加をお待ちしております!

→ 事業報告

教員免許状更新講習会

7月29日(月)～31日(水)の3日間、横浜国際プールにおいて、教員免許状更新講習会(主催：日本レクリエーション協会)が開催され、幼稚園、小学校、中学校、高校、特別支援学校など、様々な校種より20代から60代の教員の方々が参加されました。

最初は緊張した面持ちで、わずかにヒソヒソ話が聞こえる程度の状態でしたが、開講式後のアイスブレイキングを終えると、会場内には会話と笑顔が溢れていました。その後、「CSSプロセス」「同時発声・同時動作」「一指示一動作」など、教育現場に即した理論、実技の講習が行われました。休憩時間に「普段何気なくやっていたんですけど、こういうことだったんですね」という参加者の方の言葉が印象的でした。

第2回理事会を開催

令和元年9月7日(土)
県立スポーツ会館2階A会議室

▶ 1. 報告事項

①4月から8月迄の事業報告 ②10月27日の「かながわレク大会」③11月16日の「学びの広場 in REC」④各専門委員からの報告。

▶ 2. 協議事項

①役員選考委員会の設置及び選考委員の委嘱 ②新春の集いプロジェクト ③「かながわシニアフェスタ2019」への参加 ④県レク協会財政難解決のための検討課題 ⑤令和2年度年間事業計画(案)及び指導者養成計画(案)。以上が承認されました。

財政難の解決策については、事務局から9つの見直し案が提案され集中して協議されました。「支出の抑制」「収入の増加」「事務局の業務整理」が見直し案の中心でしたが、今後継続審議となりました。

→ 事業案内

◆ 第六回学びの広場inREC

日時：2019年11月16日(土)、10:00～15:50(9:30受付開始)
場所：県立スポーツ会館
主催：神奈川県レクリエーション協会

プログラム

午前の部：「手のぬくもりは心のぬくもり」
(講師：西川信子氏)
「からだde遊ぼう」～ふうせん編～
(講師：清野乙彦氏)

午後の部：「明日から使えるレクゲーム」
～幼児から児童を意識した～
(講師：石綿久嗣氏)
「明日から使えるレクゲーム」
～世代間交流(ジュニア+シニア)～
(講師：杉木信行氏)

◆ 「ふじさわスポーツまつり」

日時：2019年11月10日(日)、9:30～15:00
会場：藤沢市の秩父宮体育館／秋葉台体育館の2箇所
毎年恒例になっているふじさわスポーツまつりに、事業委員会からスポーツ・レクリエーションイベントの出前を行います。

◆ 神奈川県公認講師講習会&元気アップリーダー講習会

会場：神奈川県立スポーツ会館2A会議室
日時：令和2年2月22日(土)
9:30～12:30 公認講師講習会(参加費：3,000円)
13:30～16:30 元気アップリーダー(マンカラ)講習会
(参加費：1,000円)

★午後からはスキルアップを希望する(公財)日本レクリエーション協会の公認指導者参加可能

申込み 神奈川県レクリエーション協会
電話：045-320-2430 FAX：045-320-0640

レクリエーション運動普及振興功労者として3名が表彰される

第73回全国レクリエーション大会in宮城2019の総合開会式にて、神奈川県から3名の方が「レクリエーション運動普及振興功労者」として表彰されました。

- 石坂 甫氏：神奈川県スポーツウエルネス吹矢協会会長／一般社団法人日本スポーツウエルネス吹矢協会教育部長
- 川野充郎氏：鎌倉市レクリエーション協会副会長／神奈川県インディアカ協会会長
- 高木裕之氏：特定非営利活動法人神奈川県レクリエーション協会事業委員会委員長／特定非営利活動法人日本ティーボール協会神奈川県連盟理事

おめでとうございます。

先輩が多い中、私が賞を頂く事に恐縮しています。インディアカ協会でも30年携わった評価をしていただきました。現在は併せて鎌倉市のスポーツ推進委員もやっています。



● 川野充郎氏

インディアカ協会も11月に関東大会、2021年に南足柄市で大会を開催します。今後とも宜しくお願いします。

本日賞を頂けたことに感謝します。私はティーボール協会に携わり、神奈川県レク協会の理事と事業委員会委員長を務めています。



● 高木裕之氏

神奈川県レクリエーション協会の一員として、しっかり取組んでいきます。

突然の表彰に驚いております。スポーツウエルネス吹矢を定年後始めて16年が過ぎました。会社人間の小生でしたが、吹矢を始めて、人の和が、これ程大きなものとは思いませんでした。これから人の和をより大きくしたいと思っています。



● 石坂甫氏

本当にありがとうございました。

第73回全国レクリエーション大会 in 宮城



「第73回全国レクリエーション大会in宮城2019」が9月13日(金)から15日(日)の3日間、仙台市を中心に6市町村で開催されました。

「ありがとう 復興進む 伊達のまち。みんなのチカラレクぞから」をスローガンに開催された35のフォーラムのうち、音楽で支援活動をし、効果を上げている2つのフォーラムに参加してみました。14日は荒井敦子先生による「音楽レクリエーションは人と人をつなぐ架け橋」というテーマで、「高齢者のそれぞれの世代にあわせた歌、そこでのコミュニケーション」を学びました。先生は音楽療法士で、唱歌から歌謡曲・フォークソングまで、広く時代ごとに良く歌われた歌と、その背景となった世相を解説されます。坂本九さんの「上を向いて歩こう」やフォーククルセダーズの「あの素晴らしい愛をもう一度」などの歌とその背景の解説は興味深いものでした。歌う時も話すときも「常に笑顔を忘れないでください」との言葉が印象的でした。

15日は「復興を支える音楽レクリエーション」に参加しました。このフォーラムは、被災地の福島県レクリエーション協会の方々の生演奏(キーボード、ギター、パーカッション)による、歌と歌体操でした。このグループは東日本大震災当初から2018年度末までに、700回を超す支援活動をされてきたそうです。仮設住宅で生活をしている人々の、落ち込んだ心の状態に対して、「心の元気づくり」を目指してきたそうです。童謡・唱歌・歌謡曲等を歌いながら、動作も加えての演奏は楽しく、元気を頂きました。

最後に参加したのは、佐藤節子座間市レクリエーション協会会長による「～いつでも気軽に自分のできる 健康寿命延伸～」。気軽にできるストレッチ、経絡ツボ押し、猫背、骨盤矯正ストレッチなどのストレッチと、中指もみを主に、コグニサイズ、ロコモ体操、ゲーム、指遊びを行うことで、フレイル予防、介護予防、認知症予防として、さらに女性には美容効果もあることを学びました。

岩手、福島、宮城の被災地の皆さんの復興をお祈り致します。(広報委員：松岡民生)



特集 県立体育センターリニューアル

藤沢市善行にある県立体育センターは、建築後50年を経過して施設や設備の老朽化が目立つことから、民間の資金、経営や技術的ノウハウを活用するPFI事業として、新しいコンセプトのもと『神奈川県立スポーツセンター』と名称を変更生まれ変わります。20年4月の開業に向け現在急ピッチで工事が進む中、9月に取材をしてきました。案内していただいたのは、管理課主任主事の唐津屋氏です。



県で整備されている陸上競技場・補助競技場・スポーツアリーナ・球技場はほぼ整備完了。陸上競技場はメインスタジアムを一新し3階建てへ。またバックスタンドも新しくなり約5200席が設けられました。トラックは全天候型で一周400m×8レーン、天然芝のグリーンとトラックのブルーの対比が美しいハーモニーを演出しています。あわせてバリアフリー化が進み、障がい者や高齢者にも優しい施設となりました。また隣にある補助競技場は全天候型トラックと人工芝で整備され、フットサル等のレクスポーツにも対応しています。球技場はクレートコートが人工芝で整備され、天然芝との2面体制となりました。設備の充実ぶりが目立ちます。

PFI事業者により整備されているのは、総合教育センター

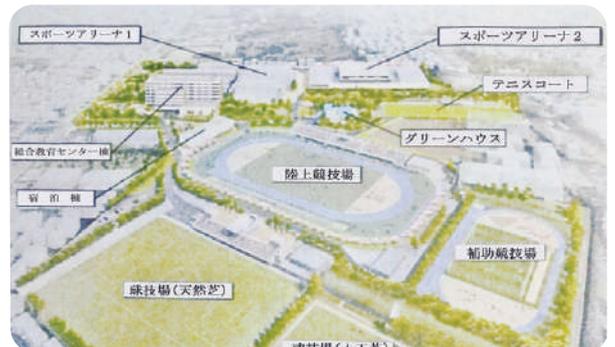
棟・スポーツアリーナ2・宿泊棟・グリーンハウスおよびテニスコートです。7階建ての総合教育センター棟には総合教育センターの機能を集約して効率化を図り、スポーツセンター2には屋内50mプールを設置、またボクシング場・フェンシング場・ウェイトリフティング場も整備され、「目玉施設として期待している。」とのこと（所長談）。



唐津屋氏

宿泊棟は滞在型のスポーツ施設としての利用を見込み、42室/最大168名が宿泊可能とのこと。もちろん全室車椅子対応です。86年の歴史をもつグリーンハウスは、歴史的価値のある外観を残しつつクラブハウス機能を復活させて生まれ変わるそうです。これらが完成する12月が楽しみです。スコレにて継続的な取材、掲載をしていきますので、お楽しみに。

(取材日：令和元年9月6日)



大塚所長よりのメッセージ



大塚所長

平成26年より県立体育センターの整備計画がスタートし、予定通り来年1月にスポーツ関係施設が竣工することとなりました。来年4月からの利用開始に向けて期待に胸を躍らせている毎日です。9月19日には団体への優先利用予約説明会が始まり、来年2月には一般の方への利用案内そして申込み開始となります。

今回の大規模リニューアルに際し、単に老朽化した施設の改修に終わることなく、神奈川県中央に位置する地の利、小田急線善行駅徒歩5分というアクセスの良さを生かして、この善行エリアが神奈川におけるスポーツの中心地、教育と文化の発信地にしたいという、強い思いがあります。それを象徴する施設として期待しているのがスポーツアリーナ2です。競技人口との関係で、なかでも施設数の少ない競技種目である、ボクシングやフェンシング、ウェイトリフティングなどの競技場を設けました。また施設全

体としては、全面的にバリアフリー化して障がい者や高齢者に優しい施設を目指し、「パラスポーツの推進拠点」となります。

また滞在型のスポーツ施設として、宿泊施設も整備し機能を充実させています。これを大型のイベントの招致にもつなげていきたいと考えています。来年開催のオリンピック・パラリンピックにおいてはポルトガルのパラリンピック協会との事前キャンプ招致に係る協定が締結され、スポーツセンターを利用することが決まりました。今後、大会開催が迫っていく中、多くの利用を期待しています。

一方、総合教育センター棟は総合教育センターの機能を集約・再整備して、優れた教育人材の育成や学校支援・教育相談の場を提供し、教員の資質向上をはかる研修拠点になります。

最後に、新たなスポーツセンターでは個人の利用も積極的に推進していきます。皆さんに愛され使っていただけるスポーツセンターにしたいと思っています。

>>> 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。

～資格取得から今～

レクインストラクター/
日本フォークダンス&
レクリエーションダンス連盟公認指導者
藤田 サチ子さん

私は3才の頃から日本舞踊、お琴と習い、何かあらたに体を動かす様な事でもしようかと思っていた折、友人がこんな話を持ち掛けてきました。「レクリエーションダンスをしない?」と。

初めは迷いましたが、一度見に来てと云われて行ったところ、年輩のおばさま方が赤いスカートを身に着け、生き活きと楽しんで踊っているのを見て、私も踊ってみようと思い、サークルに入ることにしました。もう今ではすっかりのめり込んでしまっていますが。(笑)

フォークダンス&レクダンス&レクインストラクターという資格を取得し、ボランティア活動として介護施設など訪問して、レクリエーションを取り入れた活動をしております。皆さんを笑わせたり、踊ったり、劇をしたり、クラブ作りを教えたり等いろいろと行っています。どこでも、誰でも、いつまでも、年齢に応じて活動する事が出来るのがレクリエーションの良さ。これからも幼児から高齢者までを相手に、大切に、毎日充実した生活を送り続けたいと思っています。

皆さんの楽しんでいる笑顔、帰る時の皆さんからのありがたうの言葉に、次も頑張ろうという気持ちになります。先日「3033運動」の講習を受けました。1日30分、週に3回、3ヶ月続けて運動習慣を身につけましょう。

平成30年度インストラクター
資格を取得した方の
体験談

機会が到来!

>>>

池田 尚孝さん



小学生時代にボーイスカウト活動、大学時代には地域の子供たちとキャンプに行ったり、レクリエーション短期研修などに参加したりしていました。

企業に就職して、レクリエーションとは少し距離を置いていましたが、平成30年度レクスクールに参加する機会があり、講師の先生方からの様々な講義、体験談を通して、レクリエーションについて、改めていろいろな事を学ばせていただきました。

資格取得後、職場で活動する機会が到来!毎週火曜日と金曜日のお昼休みの約15分間、『3033運動』として、「すきまストレッチ(昼休み編、始業編)」の動画を流しながら、実践する機会を得たのです。冒頭、ストレッチ前の雰囲気づくり、マンネリ化を防ぐ意味で、簡単なじゃんけんゲームやリズム運動などを取り入れました。

会社では活動が限られますが、機会があればいろいろな積極的に参加したいと思っています。

相手のレベルに合った
レクリエーションを

>>>

中村 友梨子さん



私は子どもに関わる仕事をしていることもあり『遊び=子ども』という固定観念がありましたが、今回の講座で、老若男女・誰もが楽しむことが出来ると教わったことがとても印象的でした。

ではどのようにすれば誰もが楽しめるレクリエーションになるのか。それは相手のレベルに合ったレクリエーションを考えることでした。これは簡単なように思えますが、高齢者と子どもが同じ遊びを行えるようにと考えることは難しいことでした。講座ではまず双方が出来ることを考えました。私は普段から子どもに接しているので、子どもが出来ることはすぐに思いついたのですが、高齢者の出来ることは思いつかず苦戦しました。そこで、共に受講していた高齢者施設に勤務している方と、協力しながらレクリエーションを考えました。

現在も子どもに携わる職場で働いていますが、講座で教わった、「相手の出来ることや相手のレベルを考えること」を念頭に置きながら働いています。例えば、同じ工作行事を行う場合でも低学年の子どもは途中まで一緒に行ったり、高学年にはアレンジする方法を教えたり、と工夫をするようになりました。今後も色々な方法を考えながら挑戦していきたいと思っています。

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

or

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

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/※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

令和元年度生涯スポーツ功労者表彰について

10月11日(金)に、文部科学大臣より、生涯スポーツ功労者として表彰状および記念品(銀杯)が贈られた、小泉八重子さん(神奈川県レクリエーション・サポート協会副会長)より、受賞の喜びのコメントが届きました。

永年にわたり地域と一緒に活動をしてきた仲間がいたこと、たくさんの皆様に支えられての表彰は身に余る栄誉です。

1975年保育士になって子どもたちからの弾けるエネルギーに感動し、「レクリエーションの世界」へ。インドシナ難民の人達とスポーツで繋がった15年間は宝です。神奈川県主催の全国レクリエーション大会ではみんなの心が一体となった達成感。

これからも県レク協会の目標の「スポーツレクリエーション運動の推進」などに努めて参ります。

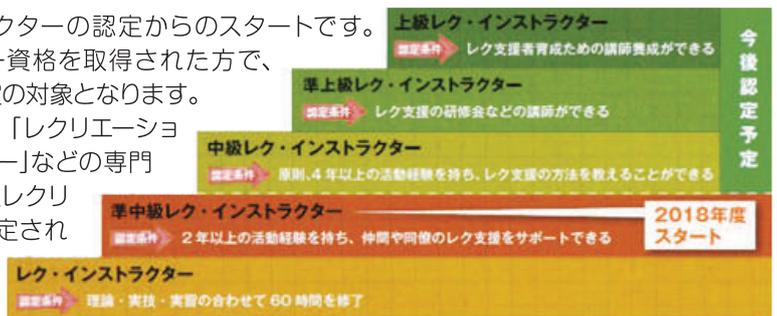


レクリエーション・インストラクターの新制度について 「スキルアップ制度(仮称)」がスタートします。

いままでに培った経験や実践力を、5つのステップで評価する新しい制度が、2018年度からスタートしています。この新制度では、経験の深まりと実践力を評価することに加え、レク支援の手法を仲間や同僚に伝える力や、後進を育成する力も評価されます。

2018年度は、準中級レクリエーション・インストラクターの認定からのスタートです。2016年6月以前にレクリエーション・インストラクター資格を取得された方で、2018年6月30日の有効期限で更新案内をされる方が認定の対象となります。

レクリエーション・インストラクター資格をお持ちで、「レクリエーション・コーディネーター」「福祉レクリエーション・ワーカー」などの専門資格を持つ方や、専門資格のみを持つ方などは、「中級レクリエーション・インストラクター」以上の審査・認定が予定されています。



ニューゲーム紹介

バウンド・イン

遊び方

- 直径8cmのボールを用意。(ボールの数は人数×2)
- 的(点数を書いた箱)に向かって、2mくらい離れたところから直接またはバウンドさせてボールを投げ入れる。
- チームに分かれて合計点数を競います(何人でもOK)

※小さいお子さんは近くから投げる。
※また必要に応じて長机を使用してもよい。



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/機械工学科 航空宇宙専攻/電気電子情報工学科/応用化学科
- 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 応用バイオコース/応用バイオ科学科 生命科学コース
- 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
- 健康医療科学部^{*1} 看護学科(看護師・保健師養成課程)/管理栄養学科^{*2}(管理栄養士養成課程)/臨床工学科(臨床工学技士養成課程)

^{*1} 学部・学科改組再編に伴う新学部設置を計画しています。設置計画は予定であり内容は変更となる場合があります。
^{*2} 栄養生命科学科は管理栄養学科に名称を変更します。

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 <https://www.kait.jp/>



クロスワードパズル

タテのカギ

- 【タテ2】「、」や「。」 【タテ3】 金、銀、プラチナなど。
- 【タテ4】 大谷翔平選手の代名詞。復活が望まれます。
- 【タテ8】 富士山と白梅がインスタ映え。梅の名所。
- 【タテ9】 バンブードанスの「バンブー」。

ヨコのカギ

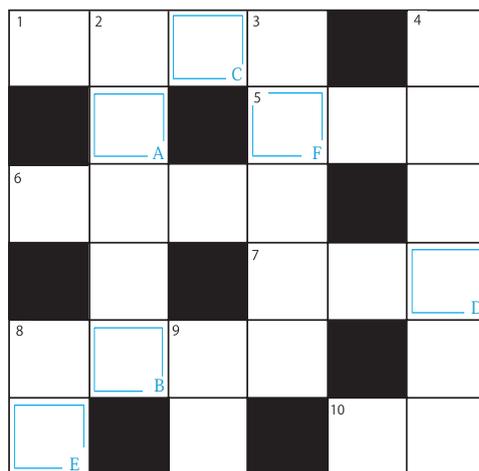
- 【ヨコ1】 授業中に先生の似顔絵などを描いたりします。
- 【ヨコ5】 孫悟空が乗る雲。○○○雲 【ヨコ6】 白旗を掲げる。
- 【ヨコ7】 いたずらの王者を目指すキツネの物語「かいけつ○○○」
- 【ヨコ8】 頼まれていないけど、きっとやって欲しいんだらうな。。。
- 【ヨコ10】 歩いている犬がコレに当たったり、藪からコレが出てきたり。

編集後記

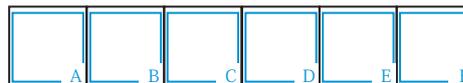
今年の天候はいつもとはだいぶ違うようで、長い梅雨が明けると一転して猛暑が続き、10月に入るとかつて経験したことがないような大型台風が2つも襲ってきました。風台風の15号では大規模な停電、家屋の倒壊で大打撃を受け、雨台風の19号においては未曾有の洪水・河川の叛乱で甚大な被害状況です。被災地の皆様にはお見舞いを申し上げますとともに、一日も早い復興を祈願しています。(M.A)

スコアレ 109号

発行日 令和元年 11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
 F A X (045)320-0640
<http://www.kanagawa-rec.or.jp/>



Shindo



©nob

「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「スコアレ」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。
- 年会費 3,000円



【胸章】
 (缶バッジ)
 入会者に交付

詳しくは県レク協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

スポーツ安全保険

文化活動も
 加入出来ます

対象となる事故 **団体活動中の事故 / 往復中の事故**

保険期間 2019年4月1日の午前0時から2020年3月31日午後12時まで



傷害保険

賠償責任保険

突然死葬祭費用保険

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

(TEL) 045-311-0653 (代表) 電話受付時間 午前9時~12時 午後1時~5時(休業日:日曜日、月曜日、祝日、年末年始、その他県立スポーツ会館の臨時休館日)

(公財) 神奈川県体育協会内

保険の詳細内容、資料の請求は、ホームページをご覧ください。

<https://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。

スポーツ安全保険 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。

2018年12月作成 18-TC03011