



やってみがったしり活動
 学んでよがったしり運動
 もってよがったこの仲間

令和元年度功労者表彰式と新春のつどい

令和2年1月18日(土) 横浜崎陽軒本店5階マンダリンホールにて、「功労者表彰式と新春のつどい」が開催されました。明石会長の力強いあいさつに続いて、第一部の功労者表彰式が執り行われ、5名の方々が表彰されました。皆様おめでとうございます。



表彰された方々 (写真左より)

- 富田 京子 (神奈川県支部民踊連盟)
- 岩村 忠夫 (川崎市レクリエーション連盟)
- 佐野 美智子 (横須賀市レクリエーション協会)
- 鈴木 秀 (相模原市レクリエーション協会)

大澤 千代子 (大磯町レクリエーション協会)
 ⇒代理出席。右側の写真が大澤千代子ご本人です
 ※()内は推薦団体名。敬称略

引きつづいて、来賓の(公財)日本レクリエーション協会理事長 樋口修資氏、神奈川県スポーツ局長 平田良徳氏、神奈川新聞社統合編集局運動部長 佐藤英仁氏よりごあいさつをいただき、(公財)神奈川県体育協会事務局 駒形芳彦氏による乾杯の音頭で第二部の新春のつどいがスタートしました。

新春のつどいは、神奈川県支部民踊連盟のみなさんによる、優雅な「新春の踊り」で、楽しいアトラクションが始まりました。ゲストのウーロン亭ちや太郎氏はオペラ落語の第一人者、独特の世界観のトークを披露されて会場を大いに盛り上げていただきました。写真は「オペラ風～乾杯!!」の様子です。

勢いそのままに、みんなで踊る「東京五輪音頭2020」へと突入。ことしはオリンピ



ック・パラリンピックイヤーということもあり、ジャストタイミングな踊りとなりました。一息ついたところで、恒例・テーブル対抗くじ引きポン。商品のシューマイをGETして、みなさんニコニコ顔です。そして圧巻は、何ととっても岸副会長による飛び入りの芸でした!! お椀と茶碗を両手に持って、得意のネイティブイングリッシュを駆使しての芸は、会場一同大爆笑でした。さすがにレクリエーションの達人です。本来の役目である、「閉会のことばで締めくくる」というのを忘れての大熱演となり、今年も大いに盛り上げた新春のつどいとなりました。



明石一雄 県レク会長の

新春インタビュー



神奈川県レクリエーション協会
明石一雄 会長

Q 新年を迎えての心境は如何ですか？

穏やかに生きてみたいと願っています。あるがままに、そして今日1日を有意義にすごすことが出来たらと思っています。

Q 明石会長の県レクでの歩みをお聞かせください。

私と県レク協会との関わり合いは10年になります。専門委員会アドバイザーとして4年間、副会長2年間、そして今年3月で会長としての任期が2期4年になります。今年80歳の年齢を迎えて、自分の進退については考えています。

Q 会長としての4年間を振り返って印象に残っていることは何ですか？

一つ目は高齢化社会を迎え、県レク組織内も高齢化が進んでいますが、会長に就任した時に、組織の活性化に取り組んでいきたいと考えました。その一つが未加入の地域団体をどう結集するかですが、まだ道半ばですのでこれからも課題になります。またレク活動としての世代間交流が出来る場を作り、広めていく事も大切です。

二つ目は県立体育センターの新築改修工事があり、「かながわレクリエーション大会」を4回海老名運動公園で実施しました。加藤海老名市レクリエーション協会長の力添えにより海老名市長及び海老名市スポーツ課の皆さまに多大な協力を頂き、心から感謝しています。1年目と2年目は台風と大雨でしたが、昨年度は晴れて2,900名が参加され、今年度は快晴の下、延べ3,600名の方に参加していただきました。

三つ目は4～5名の事務局体制で、4年間県レクや私を支えてくれたことに感謝しています。

Q 最後に一言お願いします。

県レクリエーション協会が今後継続・発展するには加盟団体（地域レク協会、種目団体、領域団体）皆様のご理解とご協力が不可欠です。よろしくお願いします。

（聞き手 松岡民生）

令和元年度神奈川県体育功労者表彰



佐藤節子氏

神奈川県レクリエーション協会の推薦を受け、令和元年度神奈川県体育功労者表彰を、佐藤節子氏が受賞されました。佐藤氏は永年にわたり神奈川県レクリエーション協会の要職に就き、スポーツ・レクリエーション運動の普及振興に努められ、また座間市レクリエーション協会の会長として座間市レクリエーションフェスティバルなどの大会開催に尽力されています。また地元で公認資格取得のためのレクスクールを開催し、多くの指導者を養成、そして養成した指導者の活動の場を広げるために、レクリエーション研究会・人形劇団「シャボン玉」等を設立、その会長としても多彩な活動を展開されています。

1月11日(土)に横浜市保土ヶ谷公会堂で表彰式が行われました。

また本協会加盟団体から、以下の2名および1団体が受賞されました。

- 長澤 泰子 氏(逗子市レクリエーション協会理事長)
- 鎌倉市レクリエーション協会
- 吉川 裕治 氏(日本ティーボール協会神奈川県連盟副理事長)

おめでとう
ございます!

レクリエーション指導者等の養成

レクリエーション運動を進めていく上で、大切な柱の一つに指導者養成があります。本協会でも、レクリエーション・インストラクターの養成を行う「かながわレク・スクール」を、また、フォローアップ研修として「学びの広場inRec」「指導者連絡会」「公認講師講習会」等を実施してきました。そうした中、日本レクリエーション協会の登録指導者の減少に歯止めがかからず、全国的に指導者養成の課題が山積しています。そこで、今年度は、「かながわレク・スクール」を中止し、指導者養成について再検討をしてきました。

本稿では、指導者養成の全体像と来年度の本協会の指導者養成計画をご紹介します。

1 日本レクリエーション協会公認指導者資格等

(1) 基礎資格

- レクリエーション・インストラクター
- スポーツ・レクリエーション指導者

(2) 専門資格

- 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

(3) 元気アップリーダー

元気アッププログラムは、全国で展開されていますが、その中心となるのが、「元気アップリーダー」です。その種目は、次の通りです。

- マンカラ
- チャレンジ・ザ・ゲーム
- ラダーゲッター
- スポーツテンカ ※1

元気アップリーダーは、各種目の概要、ルールなどの知識と種目を提供する技術を身につけている人材です。

(4) レクリエーション・サポーター

一定の研修(3時間)を受ける事で、次の名称で、日レクに登録できます。

- グループレクリエーション・サポーター
- 介護レクリエーション・サポーター
- 学校レクリエーション・サポーター

この3時間の研修では、レクリエーション支援の基礎となる「アイスブレイキング」や「ホスピタリティ」を学びます。

2 講師の養成

それぞれの講師の養成については、現在進行中ですが、2月22日に行われる、「公認講師研修会(午前)」「指導者連絡会(午後)」でも、一部が取得可能です。お問い合わせください。

3 本協会の来年度の指導者等養成計画(案)

本協会では、令和2年度、次の様なレク指導者等養成計画(案)で進めていく予定です。

(1) かながわレク・スクール

理論科目を日レク協会で開催する「通信講座」(9時間)で受講し、「実技学習(42時間)」は従来の形で本協会(集合学習)の「かながわレク・スクール」で受講します。その他に、「現場実習(9時間)」があります(合計60時間)。通信講座を受講することで、受講生の時間的、金銭的な負担が減ります。

(2) 元気アップリーダー

「マンカラ」「チャレンジ・ザ・ゲーム」の2つの活動で養成します。

(3) レクリエーション・サポーター

- グループレクリエーション・サポーター
本協会にて年1回実施し、他は他団体との共催で実施します。関係団体との連携を図ります。
- 学校レクリエーション・サポーター
教員免許状更新講習会を、8月に3日間行いますが、この中で養成します。

このように、従来の形と違った指導者養成がスタートします。既に各資格をお持ちの指導者も、フォローアップ研修として受講されることをお勧めします。

※1 スポーツテンカ ドッジボールでもなく、キックベースでもなく、両手で下から投げて、片手でキャッチしたりする。ルールはとても簡単で、全身運動ができ、様々なキャッチ方法で白熱したゲームができる。

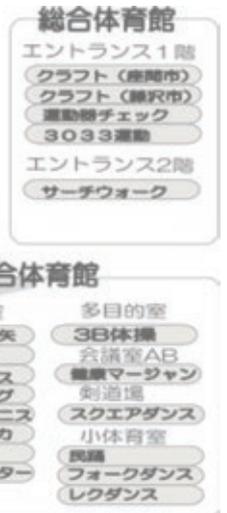
事業報告

「2019かながわレクリエーション大会 in えびな」 10月27日(日)に開催

- 10月27日(日)海老名運動公園にて、「2019かながわレクリエーション大会inえびな」が開催されました。

3年ぶりの晴天ということもあり、開会式から各関係者は力が入っていました。屋内19団体、屋外10団体が体験ブースを構え、1日を通して、延べ3,600名の方が参加され、中でも親子連れの方が多くみられました。陸上競技場では、ラグビーワールドカップの盛り上がりも手伝って、タッチラグビーが盛況だったようです。また、健康を意識される方が近年増加傾向になることもあり、若い方が3033運動や運動器チェックにいられていました。

ブースをたくさん回っていただくために用意したスタンプラリーでは、2周目を回る方も多く見られました。今年はオリンピック・パラリンピックもありますので、もっとたくさんの方々にご来場いただけたらと思います。



神奈川県レクリエーションサポート協会からのお知らせ

神奈川県レクリエーションサポート協会(以下レクサポ)は、みなさまの日々の活動と協力のもと、昨年度に10周年を迎えることができました。

現在、10周年記念イベントを企画中です。5月ごろに、鎌倉を中心とした場所で研修会を開きたいと思っています。参加者は、レクサポ協会会員、レクリエーションに携わるすべてのの方々を対象とします。詳細はレクサポ事務局へお問い合わせください。

電話&FAX 0466-35-4179 (橘高)
 メール kittak@jcom.home.ne.jp

元気アップリーダー講習会のお知らせ

- 日 時/令和2年2月22日(土)
13:30~16:30
- 会 場/神奈川県立スポーツ会館 2A会議室
- 参加費/1,500円(テキスト代含)
- 対 象/日レク協会公認指導者
レク活動に興味のある方

「マンカラを受講された方は元気アップリーダー・マンカラ普及員になれます。」

- 問合せ/神奈川県レクリエーション協会事務局まで

totoスポーツ振興くじ助成金を活用しています。

- 平成30年度 スポーツ振興くじ助成の助成金交を受け、「スコレ」を発行いたしました。

●助成対象経費決算額	1,046,882円
●経費内訳	
印刷製本代	531,840円
通信運搬費	509,858円
雑役務費	5,184円
●助成交付決定額	861,000円(助成割合4/5)
●県レク協会負担金	216,384円
●スコレ発行月	8月 12月 3月 1回3,000部

- 令和元年度 スポーツ振興くじ助成の助成金交付を受け、「スコレ」を発行いたします。

●助成対象経費限度額	1,019,814円
●助成交付決定額	851,000円(助成割合4/5)
●県レク協会負担金	203,963円
●スコレ発行月	7月 11月 2月 1回3,000部
●発行先	レク公認指導者 県レク協会加盟団体 全国都道府県レク協会 レク関係機関 関係団体 個人正会員 友の会会員等
●助成金の主な使途	「スコレ」印刷代 配布発送経費ほか

スポーツくじ



この情報誌はスポーツ振興くじ助成金を受けて作成しています。

→ 第6回学びの広場inREC

- 11月16日(土)に県立スポーツ会館で、第6回学びの広場inRECが開催されました。

総勢で約30名の方が参加されました。午前中に行われた講習会は、西川信子氏より「手のぬくもりは心のぬくもり」と題した、「手のぬくもりを互いに感ずる方法」を学び、清野乙彦氏より「からだde遊ぼう」と題した、「風船を使ったいろいろな遊び方」を学びました。午後からは石綿久嗣氏の「幼時から児童に使えるレク」、杉木信行氏の「世代間交流に使えるレク」を受講しました。数少ない、貴重な体験ができる企画でした。



→ スポーツまつりふじさわ2019

- 「ふじさわスポーツまつり2019」が11月10日(日)に開催され、県レクからスポーツ・レクリエーションのイベント出前を行いました。

会場となった藤沢市の秩父宮体育館と秋葉台体育館には、合わせて1,500名近くの大勢の市民の方が参加されてにぎわう中で、ドンパーリム、キャッチング・ザ・スティック、ネット・パス・ラリー、ペア・リング・キャッチ等、親子で楽しめるゲームを行いました。ゲームを楽しんでいる親子の姿や、子供に負けられないと頑張る父親の姿など、微笑ましい光景をみながら、スタッフも一緒に楽しむことができました。



→ ねんりんピック紀の国わかやま2019開催

- 11月9日(土)～12日(火)の4日間にわたり、「第32回全国健康福祉祭和歌山大会 ねんりんピック紀の国わかやま2019」が開催されました。

スポーツ交流大会(10種目)、ふれあいスポーツ交流大会(12種目)、文化交流大会(5種目)と多くの大会が、県内の21会場で行われました。神奈川県からは「神奈川県」「横浜市」「川崎市」「相模原市」の4団体が参加し、熱戦を繰り広げました。

なかでも横浜市から参加した、チーム「よこはま市レク2019」が、ウォークラリーの交流大会で見事優勝をされました。おめでとうございます。

2021年には、第34回大会が、神奈川県、横浜市、川崎市、相模原市の主催で開催されます。多くの方に参加いただき、盛りあがる大会を期待したいものです。



入場行進する神奈川県チーム



ウォークラリーに優勝された「よこはま市レク2019」チームのみなさん

>>> 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。

「ただいま、活動中まっしぐら！」

座間市レクリエーション協会
今井 澄子さん

レクリエーション・インストラクターの資格を取得したことにより、それまでの子どもを中心とした地域活動や、趣味仲間との交流の活動範囲が大きく広がりました。

現在は座間市レクリエーション協会に所属して、レクリエーション大会や、カーレット、レクスクール、元気アップなどの講習会に携わっています。また、座間市の行事「市民ふるさとまつり」「市民健康マラソン大会」「市民健康ウォーキング」にも協力させていただいています。

レク仲間との活動では、市内外の保育園や特養ホームを訪問させていただき、人形劇や紙で着飾るファッションショー等、楽しい時を過ごさせていただいています。

令和2年3月7日に開催の、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in座間」の実行委員でもあります。歴史ある座間で、ウォークラリーを楽しんでいただけたらと思います。

コース内には由緒あるお寺の一つに徳川家康公お手植えの木もあります。また、地下水が豊富で、湧水が大変おいしい町です。

神奈川県在住の60歳以上の方は参加できます。ぜひ、参加をお待ちしています。



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

ご予約・お問い合わせ ☎ 045-441-8880

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

声掛けの重要性と
人を褒めることの大切さ

>> 小野 奈津美さん



私は特別養護老人ホームで働いていますが、通常業務の他に所属しているフロアで、毎日食事前にする体操を担当しています。以前からもう少し利用者様が楽しんでもらえるよう、ゲーム的な要素を取り入れたレクリエーションを増やしたいと考えていました。そんな時に友人が見せてくれたレクスクールのチラシの中に「楽しさを通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」と書いてあるのを見て受講する事にしました。

レクスクールでは、みんなで協力する場面やチーム対抗で競い合う場面など、子供から老人まで楽しめる遊びを創作して、楽しさをふくらませる様々な方法を体験する事ができました。また、実技講習の時に、与えられた課題がうまく出来なかった私に、他の受講生の方が「頑張ったね」と声を掛けてくれた上に、良かったところを褒めてくれた事が励みになりました。この時私は、声掛けの重要性と人を褒めることの大切さを再認識しました。それ以来、私は様々な場面で、自分から率先して元気よく大きな声を出して利用者様に声をかけるようにしています。最近では、利用者様の「楽しいね」という声を聞くのが私の楽しみです。本当にレクスクールに参加して良かったと思っています。これからもこの講習会で学んだ事を活かして利用者様の「心の元気づくり」を応援して行きたいと思っています。受講生と講師の先生方には大変お世話になりました。

ウォークラリー大会in座間
参加者募集案内

- 日時 2020年3月7日(土)
10時~13時(受付 9:15~)
- 会場 座間市公民館(小田急線座間駅徒歩約10分)
- 参加資格 神奈川県在住で60歳以上の方
(1960年4月1日以前の生まれ)
- 募集人員 20チーム(1チーム5名)
- 参加料 1,500円(1チーム)
- 申込期間 1月15日(水)~2月10日(月)※先着順です

申込み&問合せ先

- 神奈川県レクリエーション協会事務局
☎045-320-2430
- 座間市レクリエーション協会
☎046-253-4722(佐藤)

「ねんりんピック
岐阜2020」への
代表選手選考大会
となります。主催/神奈川県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

おもしろ 行事紹介

「スポーツウエルネス吹矢」

スポーツウエルネス吹矢は1998年に協会が設立された比較的新しいスポーツで、健康に良いとされている腹式呼吸を長続きさせる為に、呼吸と吹矢を組み合わせた健康スポーツです。

腹式呼吸を確実に身に付けるために幾つかの所作が定められていて、これを基本動作と称しています。基本動作は、①礼をする、②構える、③筒を上げる、④息を吐く、⑤息を吸う、⑥吹く、⑦息を調える、⑧礼をする・・・と、礼に始まり礼に終わる①～⑧までを3分以内に行います。

特に「③の筒を上げる」では両腕を耳の横まで肘を伸ばして上げるのですが、この動作は多くの方が日頃行っていないと思います。背筋を伸ばして両腕を耳の横まで上げると爽やかな気分になります。次に「④息を吐く」では、両腕を耳の横から、ゆっくりと9秒位かけて息を吐きます。その際には、お腹をへこませるように、かつ横隔膜を上げて肺を縮める様に、全ての息を吐き切ることが大切です。普段は行わない呼吸法です。

競技は、基本動作を行いながら1ラウンドに5本の矢を吹き6ラウンドの合計点で競います。的は同心円で、中心から7点・5点・3点・1点となります。7点ゾーンは直径6cmで、外側の同心円はそれぞれ3cm幅となっています。距離は6m～10mで競技します。矢はプラスチック製のフィルムを円錐状にして、先端に金属製の錘が付いています。重量は1g以下です。筒は内径13mm、長さ1.2m、材質はグラスファイバー等で重量160g～500gまであります。

現在の会員は全国で6万5千人、神奈川県のみも3千人を超え、支部も118あります。県内の大会では、600名を超える会員が参加して行われています。2021年に神奈川県で開催される「ねんりんピック」では、スポーツウエルネス吹矢が正式種目に採用されることになりましたので、より多くの仲間が増える事を期待しています。

(神奈川県スポーツウエルネス吹矢協会会長 石坂 甫)



演技の様子



筒

矢

的



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 航空宇宙学専攻/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 学部学科改組に伴う新学部を設置します。 ※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@kai.jp URL https://www.kait.jp/



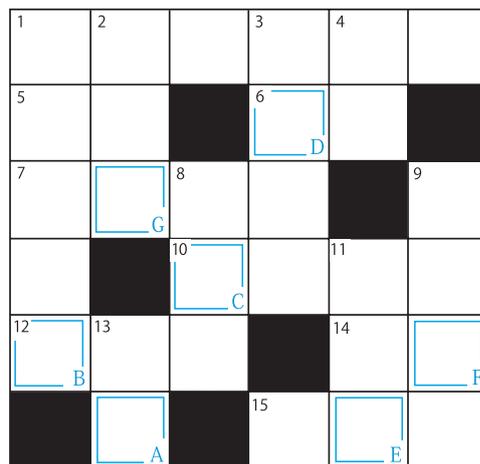
クロスワードパズル

ヨコのカギ

- ① B / W / H
- ⑤ 『大草原の小さな○○』
- ⑥ プー、パディントン、ジャッキー、
- ⑦ ある人の最近撮った写真
- ⑩ 「見つけた!」。足で缶にタッチ
- ⑫ ウナギを巻いた玉子焼き
- ⑭ 丹沢湖の最寄駅
- ⑮ ♪や〜ま〜は しろ〜がね〜

タテのカギ

- ① 「ポセイドン JAPAN」の種目
- ② 歌舞伎界のことです。
- ③ index。巻末にあります。
- ④ 4LDK の「L」
- ⑧ 画家
- ⑨ 引き金。“切っ掛け”の意味で使われます。
- ⑪ 横浜市、相模原市の“市の木”
- ⑬ 子の子



Shindo



©nob

編集後記

広報委員長として、2年間の任期中にスコアを105号から110号まで発行してきました。編集委員会やメールで何回も議論を重ね、良い誌面作りを目指して、ワンチームで仕事が出来たと自負しています。

県レクの広報誌としての役割を踏まえ、読者の方に役に立つ情報はもちろんの事として、新たな分野の調査研究等の掲載もトライしました。

まだまだ不十分な点も多く、今後の誌面向上のためにも、皆様から感想や意見を寄せて頂ければ幸いです。

寒さも続きますが、読者の皆様には、お体にお気をつけて、この1年間を明るく元気に過ごして頂きたいと思えます。(T・M)

訃報

神奈川県レクリエーション協会参与(前副会長)篠崎明弘様が、去る11月14日(木)にご逝去されました。

平成26年度から平成29年度まで、県レク副会長と広報委員会顧問を兼任されて、特にスコア原稿の校正には力を入れて頂きました。ここに篠崎様のご冥福をお祈り申し上げます。

スコア110号

発行日 令和2年2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/>

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 令和2年4月1日の午前0時から令和3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)

保険の詳しい内容、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。

2019年12月作成 19-TC05720