

やってよかったしり活動  
 学んでよかったしり運動  
 もってよかったしり仲間



## 新会長あいさつ

5月から神奈川県レクリエーション協会の会長に選任されました。新型コロナウイルスの感染防止に向けた「緊急事態宣言」が発令され、会議、研修会等の自粛、会場施設の休館により、第一四半期に予定していた、理事会、総会等の会議の開催が困難となり、やむなく書面での開催対応となっています。

また、8月に開催予定の「令和2年度教員免許状更新講習」については、文部科学省より感染症への対応策として、対面講習から通信式講習に変更になりました。

こうした中、会長をお引き受けすることになりましたが、加盟団体・指導者の方々のご支援ご協力を賜り組織の活性化に努めてまいります。

これまで、未加入の市町村組織への本協会への加入を働きかけてまいりましたが、昨年度、綾瀬市と二宮町の退会がありました。高齢化に伴い市町村組織における傘下団体の会員数の減少や組織を担う人材の不足等が、起因していると考えています。

神奈川県では全国でも有数のスピードで高齢化が進んでいます。このような中、新型コロナウイルス感染拡大の影響を踏まえ、順延とはなりましたが、「神奈川に 咲かせ長寿の いい笑顔 ~未病改善でスマイル100歳~」をテーマに、第34回全国健康福祉祭神奈川・横浜・川崎・相模原大会(ねんりんピックかながわ)が、令和4年に県内で初めて開催されます。

大会目標は、高齢者をはじめ、誰もがスポーツや文化活動を楽しむとともに、かながわの魅力を存分に感じていただける大会として、神奈川県内26市町の各地で開催され、大会終了後の高齢者スポーツ・文化の振興にもつながる大会としています。

県レク協会の重点目標の一つとして、人生100歳時代を実現するために、高齢者を対象とした健康・体力づくりや世代間交流教室など、高齢者のスポーツへの参加促進を図り「健康寿命の延伸」「未病改善」を推進するとともに、指導者の活用を支援しさらに充実させていきたいと考えています。

県レク協会には、地域の高齢者の健康づくり教室、高齢者施設や介護施設等で様々な活躍を支援する指導経験豊かな指導者が多く活躍しています。県民にレクリエーションの楽しさを伝えるとともに、レクリエーションスポーツの普及推進を図るため、レク指導者の人材養成と研修・研鑽を積み重ねていくことが大切と考えています。

この情報誌が皆様の手元に届くころにおいてもこの感染症への対応はつづき、長丁場となることを覚悟していますが、新型コロナウイルス感染症の感染拡大を根本的に解決するため、最優先の課題である有効な治療薬やワクチンの開発・普及などが必須。一日も早い収束へ向かうことを願っています。



特定非営利活動法人  
 神奈川県レクリエーション協会会長  
 吉松 徹

### 歴代会長

歴代	会長名	在任期間
1	白山 源三郎	昭和32年～昭和53年
2	菅井 栄一郎	昭和53年～平成元年
3	植村 恭作	平成元年～平成5年
4	船田 幸一	平成5年～平成9年
5	鴻池 宗男	平成9年～平成14年
6	三枝 忠一	平成14年～平成18年
7	佐藤 誠治	平成18年～平成28年
8	明石 一雄	平成28年～令和2年

- 昭和32年10月に「県レク協会」が結成され、今年で63年を迎えます。
- 平成11年10月全国レク協会ですべて初めて「特定非営利活動法人」の法人登記を行ってから、今年で21年を迎えます



## 新理事長あいさつ



## 「ピンチをチャンスに変える！」

特定非営利活動法人 神奈川県レクリエーション協会理事長 川島 裕子

本協会の令和2・3年度役員改選に伴い、理事長の大役を仰せつかりました。

私とレクリエーション(\*以下「レク」と称する)との出会いは、当時の社団法人横浜市レク協会主催のレクスクールを受講したことでした。今までの楽しかったこと、心を元気にしてくれたことすべてがレクだったと理解し、レクの魅力にひかれて、今日に至っています。

縁あって県レク協会の事務局に勤めることになり、多種多様な事務対応に追われながらも、楽しくやらせていただいております。また、幼稚園や高齢者施設、介護施設等でのレク指導では、みなさんの笑顔に元気をもらっています。

本協会はもとより、都道府県のレク協会においても、レク活動に携わる指導者の減少、地域のレク活動を支える組織の弱体化、財政面など多くの課題を抱えています。

今の状況を踏まえ、何もしないで後悔するより、失敗を恐れず、一步でも前を見据えて、チャレンジしていきたい。また、今までレク活動を通して培った、レク仲間との縁や絆を大切に、レクの楽しさを皆様と一緒に伝えていきたいと思っております。

新型コロナウイルス感染まん延防止のため、イベントや会議の開催が困難な状況が続いており、ここはじっと我慢し耐え忍ぶ期間と考えています。

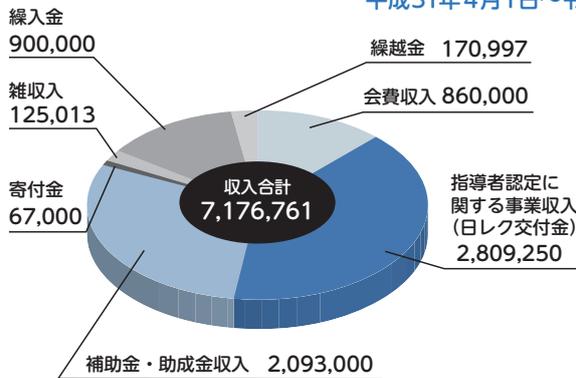
皆様のお力添えをいただきながら、レク活動を通して、子どもから高齢者、障害のあるなしにかかわらず、お互いが支え合う社会を目指していきたい。前理事長橋高靖子氏の後を継ぎ、女性の理事長になりましたが、女性の視点から「新たなレクの風」を起こしていきたい、と思っております。今後とも、どうぞよろしくお願い致します。

## 収支報告

協会の予算は次のように使われています。

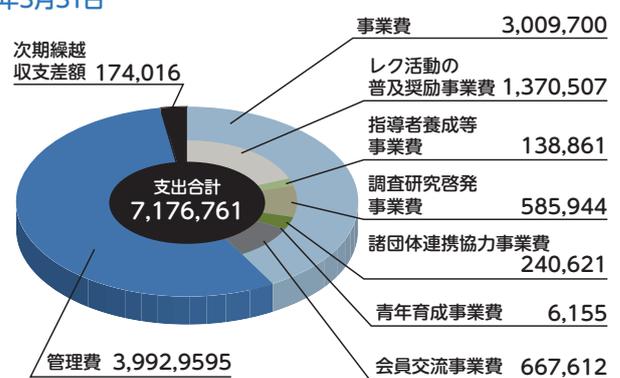
## 収入の部

(単位：円)



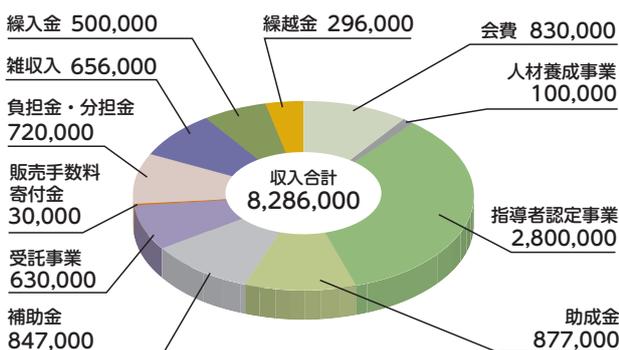
## 支出の部

(単位：円)



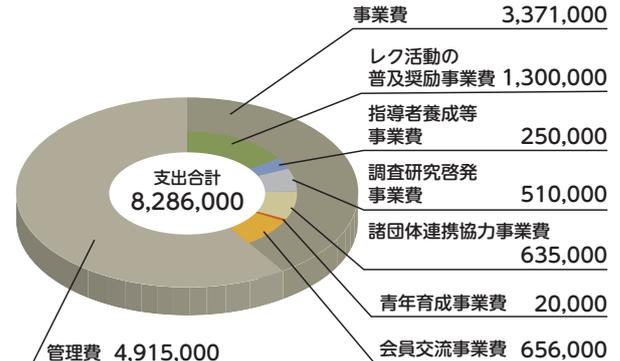
## 収入の部

(単位：円)



## 支出の部

(単位：円)



## 令和2年度 新役員 紹介

役職	氏名	役職	氏名	役職	氏名
顧問	明石 一雄	理事	鈴木 秀雄	理事	田村 武司
参与	加藤 沙彌子	理事	三野宮 実	理事	杉木 信行
会長	吉松 徹	理事	加藤 努	理事	石綿 久嗣
副会長	橘高 靖子	理事	小林 登久	理事	波多野 啓子
副会長	岸 正晴	理事	新戸 信之	理事	土屋 勝
副会長	若木 一美	理事	鈴木 美知子	理事	内藤 通昭
理事長	川島 裕子	理事	星野 緑	理事	川口 勇喜夫
副理事長	井上 桂	理事	川野 充郎	理事	須貝 謙治
副理事長	吉川 裕治	理事	松岡 民生	監事	笹野 隆
		理事	岡田 彰	監事	澤出 吉秀



吉松会長



橘高副会長



岸副会長



若木副会長



川島理事長



井上副理事長



吉川副理事長

## 専門委員会 メンバー

(◎委員長)

事業委員会 相談役：岸 正晴	◎吉川 裕治	澤出 吉秀	長谷川 忠信	羽島 幾代
	篠崎 雅江	川島 今日子	瀬戸 恵美	神代 京子
指導者委員会 相談役：橘高 靖子	◎橘高 靖子	川口 知恵子	今関 麻子	永井 美和子
	山口 和之			
広報委員会 相談役：若木 一美	◎松岡 民生	姉川 護	新戸 信之	青木 美枝子
	松本 圭介			

## 専門委員会委員長コメント



吉川事業委員会委員長

いろいろなゲームを体験しながらレクリエーションの楽しさを多くの方に感じてもらう事をメインに、県下の種目団体と連携・協力していく、幅広い年代の誰もがレク活動を継続していけるよう事業を工夫していく、等を目指してまいります。



橘高指導者委員会委員長

コロナ禍は「人と人の関わり」がどれだけ大切なことかを再認識させられる出来事です。レクリエーションは、「人と人をつなぎ、心を元気にする」活動、その核となる人材の育成に関わる委員会。中身の濃い活動を心掛けたいと思います。



松岡広報委員会委員長

引き続き2年間広報を担当します。レク活動は人と人が繋がる事が原点です。それを取材し、広報誌・ホームページに掲載する事が私達の仕事ですが、コロナウイルスの感染拡大で身動きがとれませんでした。でもこの経験を活かし、更なる広報誌スコレの充実を目指して歩むつもりです。

## 新事務局長あいさつ



特定非営利活動法人  
神奈川県レクリエーション  
協会事務局長  
波多野 啓子

4月より本協会の事務局長という大役を頂き、財政難真只中の県レク事務局で奮闘中です。

私のレクリエーション歴は波多野家に嫁いできて義母（波多野良子）との出会いからで、30年以上になります。義母のお陰でいろいろな経験と人生勉強をさせて頂きました。

自分のキャパシティを活かし努めていきたいと思っておりますのでよろしくお願いいたします。

尚、新型コロナウイルス感染防止の為、会議・イベントが中止・延期になり、年間計画を変更せざるを得ない状況が続いておりますのでご協力の程よろしくお願いいたします。



# かながわレクスクール2020

## かながわレクスクール2020案内

(公財)日本レクリエーション協会公認  
レクリエーションインストラクター資格取得講習会

### ※レクリエーションインストラクターとは？

ゲームや歌、集団遊び、スポーツといったレクリエーション活動を効果的に活用し、「集団をリードする」「コミュニケーションを促進する」「楽しい空間をつくる」といった、対象や目的に合わせてレクリエーション活動を企画・展開できる指導者です。

### 募集要項

- 日 時：9月26日～12月13日(全7回)
- 会 場：神奈川県立スポーツ会館
- 受講料：30,000円(保険料・通信講座受講料込)
- 対象者：域、職場などのレクリエーション関係者、学校教育・社会福祉関係者、青少年団体、スポーツ団体等の指導者、学生、レクリエーションに興味のある方
- 申込み締切り日：9月1日

※定員に満たない場合はやむを得ず中止となります。

こどもから  
高齢者まで  
みんなの  
元気を支援する



日本レクリエーション協会公認  
レクリエーションインストラクター養成講座

\*  
2020  
レクリエーション  
インストラクター  
かながわ  
レクスクール開講!

講師 神田川麻 (予定)

本年度より受講方法が一部変更となっています。

### 変更点

- 理論科目は(公財)日本レクリエーション協会の通信講座(webサイト)を受講。
- 実技科目はかながわレクスクールを受講。



## グループレクリエーションサポーター養成講座

スポーツ教室や放課後児童教室、地域のさまざまなイベントや活動で・・・  
緊張をほぐして 仲良くなりたい!  
コミュニケーションを増やして 参加者と心をひとつにしたい!

元気応援!



基本的なレク支援スキルを学ぶ基本講座です!

スポーツ教室や放課後児童教室、地域のさまざまなイベントや活動で・・・  
緊張をほぐして仲良くなりたい!  
コミュニケーションを増やして参加者と心をひとつにしたい!  
基本的なレク支援スキルを学ぶ基本講座です。

レクリエーションの  
楽しさを感じられる  
初心者向け講座です

- 開催日：11月28日(土) 13:30～16:45
- 場 所：県立スポーツ会館2A研修室
- 対 象：18歳以上 レクリエーションに興味のある方
- 参加費：3,000円(テキスト代含む) 当日徴収
- 申込み締切り日：11月2日

## オープンレクスクール開催

かながわレクスクールの実技講座を単発受講できます。レク資格のある方でもフォローアップとしてご参加可能です。この機会にいかがでしょうか?

レクリエーションの講師がわかりやすく指導します。一度に2講座を受講出来てお得です。

第1回

### オリジナル歌体操講座 フォーク・レクダンス講座

開催日：11月7日(土)  
9:30～オリジナル歌体操  
11:00～フォーク・レクダンス  
場 所：県立スポーツ会館  
定 員：10名  
参加費：1,000円(当日徴収)

第2回

### ネイチャーゲーム講座 わらべ歌講座

開催日：11月14日(土)  
9:30～ネイチャーゲーム  
11:00～わらべ歌  
場 所：県立スポーツ会館  
定 員：10名  
参加費：1,000円(当日徴収)

## 元気アップ リーダー講習会

参加募集!

お問合せ・お申込みは  
協会事務局まで

基本的なルールだけでなく様々な遊び方を身につけ、地域で子どもから高齢者までを対象にゲームの楽しさを伝えたり、一緒に活動している仲間やボランティアさんにルールや技術を伝達することができる。それが「元気アップ・リーダー」です。今年度は「チャレンジ・ザ・ゲーム」と「マンカラ」の2講座を開催します。

### 1 チャレンジ・ザ・ゲーム 普及員取得講座



吉川講師

吉川氏は神奈川県レクリエーション協会  
副理事長

ゴルフはプロ級! スポーツ万能! 県レク名物講師の一人。  
今回はチャレンジ・ザ・ゲームの楽しさを伝えます!

- 開催日: 10月17日(土) 13:30~16:40
- 場 所: 県立スポーツ会館 ●定 員: 30名
- 参加費: 1,500円(テキスト代含む) 当日徴収

### 2 マンカラ 普及員取得講座



土屋講師

土屋氏は川崎市レクリエーション連盟  
副理事長

「ナマズ」のレクネームで県内随所にてレクを指導。県レク  
名物講師の一人で、マンカラの楽しさを伝えます。

- 開催日: 11月28日(土) 9:30~12:30
- 場 所: 県立スポーツ会館 ●定 員: 30名
- 参加費: 1,500円(テキスト代含む) 当日徴収

## かながわ レクリエーション大会

参加無料!

かながわ  
レクリエーション大会  
2020

10月25日(日)

会場 神奈川県立スポーツセンター

スポーツアリーナ2 多目的室2  
ファンレンジアフロア 観望部屋  
球技場1 球技場2

開会式 9:20~  
開会・開演開始 10:00~  
閉会・演舞終了 15:30

※新型コロナウイルス感染状況により中止となる場合があります。

- 主催 特定非営利活動法人神奈川県レクリエーション協会  
神奈川県
- 共催 藤沢市レクリエーション協会(予定)
- 後援 藤沢市/藤沢市教育委員会(予定)

お問合せ 神奈川県レクリエーション協会事務局  
TEL 045-320-2430

## totoスポーツ振興くじ助成金を活用しています。

■令和元年度 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 793,392円
- 経費内訳 印刷製本代 570,720円  
通信運搬費 216,100円  
雑役務費 6,572円
- 助成交付決定額 634,000円(助成割合4/5)
- 県レク協会負担金 159,392円
- スコレ発行月 8月 12月 2月/1回3,000部

■令和2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。

- 助成対象経費決算額 716,184円
- 助成交付決定額 457,000円(助成割合3/5)
- 県レク協会負担金 259,184円
- スコレ発行予定 8月 11月 2月/1回2,000部
- 配布先 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
- 助成金の主な用途 「スコレ」印刷代 配布発送経費ほか

スポーツくじ

toto  
FOR ALL SPORTS OF JAPAN

BIG

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。

# お部屋でレクリエーション

## グーパー検定に挑戦!

交互に腕の曲げ伸ばしを10回行う運動です。  
よくグーパー運動なんて呼ばれていますが、  
この運動で皆さんの脳年齢を調べてみましょう!

※基準は広報委員の松本が今までの経験に基づき  
設けておりますのであしからず(^\_^;) 

### 初級

伸ばした手がパー、  
曲げた手がグー

出来たら  
60代



### 中級

伸ばした手がグー、  
曲げた手がパー

出来たら  
なかなか  
40代



### 上級

伸ばした手がキツネ、  
曲げた手がチョコキ

出来たら  
あなたは  
すごい!  
20代



## ちり紙パタパタ

### 準備

- ティッシュの真ん中に直径3cmほどの穴を開ける
- マジックペンをテーブルに立てて倒れないように下をセロテープで止める
- ティッシュの穴にマジックを通す



### 用意するもの

- ☆ティッシュ 3枚
- ☆マジック(太め) 1本
- ☆セロテープ
- ☆うちわ 1~2本



スタートと同時にうちわでティッシュをあおいで、マジックペンに通っているティッシュを浮かせて、抜いてください。

さあ、皆さん何秒で全部のティッシュが抜けるかな?

## 富士山に登ろう!

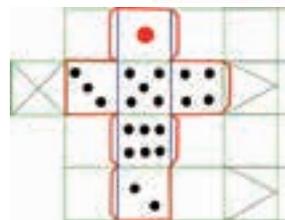


### サイコロの作り方

- ①赤線は切る
- ②青線は山折り
- ③糊をつけて  
セロテープで仮止め

### 材料

- ・1ℓの牛乳パック
- ・カッターナイフ
- ・赤、黒のマジックインク
- ・糊
- ・ペットボトルのキャップ 2個×人数分
- ・セロテープ
- ・ビニールテープ
- ・カレンダーの裏側



### カレンダーの裏側を使います



- ①マスク
- ②手洗い
- ③2m離れる
- ④両かかと上下30回
- ⑤休み
- ⑥ストレッチ
- ⑦スクワット10回
- ⑧散歩
- ⑨外食は横並び
- ⑩休み
- ⑪オンライン
- ⑫消毒剤
- ⑬ゴーグル
- ⑭休み
- ⑮バランス
- ⑯換気
- ⑰除菌
- ⑱感謝の気持ち
- ⑲笑って
- ⑳元気に
- ㉑ワクチン
- ㉒希望
- ㉓5合目
- ㉔ゴール

## 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  
平日の午後  
7,300円  
（税別・料別）  
マリアージュ様

Bプラン  
平日の早食  
5:30-前日の前日限定  
6,400円  
（税別・料別）  
マリアージュ様



※お席数は3時間までご利用いただけます。4名様より受付です。  
※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。

嵯陽軒本店  
〒220-0811 東京都神奈川郡 2-4-13  
E-mail: rsk@kyokyan.co.jp  
URL: <http://www.kyokyan.com/>

ご予約・お問い合わせ ☎045-441-8880

# 室内バーチャル かながわ観光

(公社) 神奈川県観光協会が運営する神奈川県公式観光サイト「観光かながわNOW」では、『おうちで神奈川観光～動画とストリートビューで巡るかながわ～』の中で、動物園や水族館の他、文化・芸術施設や工場見学などの動画を紹介しています。  
“熱中症も新型コロナウイルスも心配だなあ…” と思いながら外出するよりは、少し涼しくなるまでの間、おうちの中でバーチャル観光をしたり、下見をしたりするのも楽しいですよ♪



サイトURL

## ホームページをリニューアルしました



神奈川県レクリエーション協会のホームページを一新しました。

今回のリニューアルの目的として、

### ①情報発信力の強化

- ・ イベント案内のページを新設。協会主催行事はもとより、加盟団体の行事案内も積極的に掲載します。
- ・ 開催行事の様子を新設したブログを通じてタイムリーに発信できるようにしました。
- ・ スマートフォンサイトを作成し、見やすく読みやすく使いやすいホームページを目指しました。スマホを使う方に対応しています。

### ②各種サービスの案内

- ・ 後援名義使用申請や現場実習の案内についてのページを新設。
- ・ 広報誌スコレのバックナンバーをすべて閲覧可能としました。
- ・ 各種申込み用紙等のダウンロードを簡素化し使いやすくしました。

### ③その他

- ・ 協会への問合せ等にメールフォームを使用し、記入事項を統一するとともに記入の簡素化を図りました。



**工 学 部** 機械工学科 機械工学コース/機械工学科 航空宇宙学コース/  
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 工 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** 看護学科(本学初・専修学校併設校) / 管理栄養学科(併修卒業と学位取得)/  
臨床工学科(臨床工学技士養成所)


**神奈川工科大学**  
 KANAGAWA INSTITUTE OF TECHNOLOGY

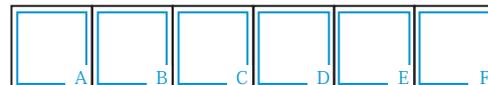
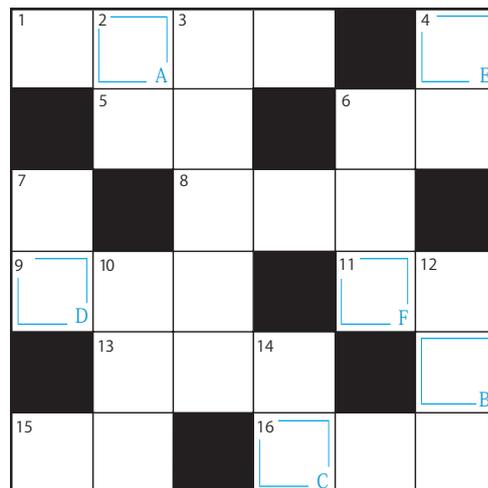
〒243-0292 神奈川県厚木市下荻野1030 TEL 046-291-3002  
 E-mail kikaku@kait.jp URL https://www.kait.jp/



# クロスワードパズル

## ヨコのカギ

- ① 金沢八景と神武寺の間。
- ⑤ 好き好んでこれを食べる虫もいます。
- ⑥ 漢字では「籤」や「鬮」と書きます。
- ⑧ 武道や武術のユニフォーム。
- ⑨ 巡り巡って己(おの)がため。
- ⑪ “無実”
- ⑬ 売れ残ってしまった。。。
- ⑮ 丹沢にも生息するトラツグミの別名。
- ⑰ 交通手段。海路、空路と、



©nob

## タテのカギ

- ② アイビーリーグの「アイビー」はこの仲間。
- ③ 手巻き、自動巻き、リュウズ、...
- ④ 3親等の傍系尊属の男性。
- ⑥ パチンコ玉の流れを調整します。
- ⑦ 釣りたい魚がいる深さ。
- ⑩ タラの親。ワカメ、カツオのきょうだい。
- ⑫ 手びねりには手動のものを 사용합니다。
- ⑭ キツネとタヌキ。

## 編集後記

2020年は、生活するうえで新型コロナウイルスが、頭から離れないことになりそうですね。

様々なところで自粛や中止が相次ぎ、皆さまもご苦労されていることと思います。また人と人が笑顔で直接交流できる日が一日も早く来ることを祈っております。

そんな昨今、新たな広報委員会もスタートし、初の会議はビデオ会議でした。言葉が途切れたり、映像が切れたりとなかなか難しいものですね。

皆さまもお身体に十分お気を付けいただければと思います。(K・M)

## スコア 111号

発行日 令和2年8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  
 URL <http://www.kanagawa-rec.or.jp>

県レクオリジナルポロシャツ・ベスト好評発売中



### ポロシャツ

素材：ポリエステル100%  
 サイズ：XS・S・M・L・LL・XL  
 カラー：ロイヤルブルー  
 価格：3,000円(税込)  
 ※男女兼用



### ベスト

素材：ポリエステル100%  
 サイズ：L・LL  
 カラー：サックス  
 価格：3,600円(税込)  
 ※男女兼用

- 胸に神奈川県レクリエーション協会のマークが入ります。
  - 商品と払込案内が届き次第お振込みをお願いします。
  - 送料 800円 (5枚以上は送料無料)
- ※詳しくは事務局までお問い合わせください。



# 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

4名以上の団体・グループで加入ください。

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

(公財) 神奈川県スポーツ協会内 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(休日は除く)

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。

2019年12月現在 19-7020720