



やってよかったし活動
学んでよかったし運動
もってよかったし仲間

てやんでい、べらぼうめ！
レクリエーションの資格を取ってみやがれってんだ！



▶ “学校には今こそレクリエーションが必要”

私の友人が小学校で教員をしています。彼は自分のクラスや授業の中でレクのアクティビティを実践したりレクの発想で学級経営をしたりして子どもたちから人気の先生です。当然、同僚の先生方からも一目置かれることになります。学級経営や子どもの関心を引き付けるコツやテクニックについて「なぜ」「どうすれば」と問われるそうです。

教員不足と言われる今、教員を仕事に選ぶ方々には頭が下がります。が、本業である教材研究や保護者対応に時間と体力精神力を費やしても学べないことがあるのです。それが「レクリエーション」でありレクの思考発想なのです。

スマホを一人1台持つ今、YouTubeにはレクネタ（アクティビティ）はごまんとあります。動画で観られるため、動作だけでなく歌のリズムやスピード、指導のコツまでも、あっさり習得できてしまいます。それで学び子どもたちを魅了する学級経営へ変身させてしまう器用な方はもちろんいます。しかし多くの場合、一朝一夕に行かないのが世の常。そこで私の友人は同僚に伝えます。「私はね、レクリエーション・インストラクター、という資格をもち地域でも活動しているの。レクリエーションにはライセンスがあるんです。教員ならレクリエーションの勉強をしておいた方がいいですよ。」とね。

レクリエーション（遊び）に資格があると聞いて現場の同僚先生方の中にはびっくりされる方も多いとか。資格取得したからといっても、学んだことを繰り返し試行したり他のレク支援者の技を見たりして学ぶなど継続的な自己研鑽が欠かせません。講座を受けることでお互いの経験を検証する場（機会）や相談できる仲間と出会うチャンスが生まれます。私と友人は20年程前にレクリエーション・インストラクター養成講座を受講して資格を取得した同期です。私も彼もそれぞれの職場や地域でこの20年間レクリエーションを続けてきました。

▶ “だったら、王道老舗の資格を取りましょうよ！”

有名な資格取得サイトを検索すると、出てくる、出てくる、レクリエーションを冠した資格の数々。まさに百花繚乱のごとし。でも多くの資格が民間資格。履歴書に書いたとしても給料アップや職階アップにはつながらないでしょう。私達が開催する「レクリエーション・インストラクター養成講座」は、日本レクリエーション協会から資格が付与されるものです。

日本レクリエーション協会は、戦前の日本厚生協会を引き継ぐ王道であり老舗です。戦後は集団就職で働く方々を対象にした職場レクを牽引しました。高度経済成長後は学校レクに注力します。バブル期前後は介護や生涯スポーツ、余暇開発、自然型活動などに力を入れるなど、その時代のニーズに応じて経験とノウハウを蓄積して今も続いているのです。現在は地域コミュニティづくりや防災レクへとそのアプローチは広がっています。

「レクの資格を取って役に立つの？」こちらも多く聞く質問です。レクの資格を取得するにも継続するにもお金がかかります。ですが、「自分を取り戻す、自分を磨く」資格であり、「仲間との出会い」と考えると、その費用が安いのか高いかは、その人の価値観次第。人と比較するほどバカバカしいことはありませんよね（笑）。資格＝自らの市場価値でもあります。前述の通り、資格を取得したからって給料アップや職階アップにはつながりません。だったら、王道老舗の資格を取りましょうよ！

（指導者養成委員会委員長 渡辺 建）



3月8日(土)に開催されたフォローアップ研修会、テーマ「心をつなぐレクリエーションで自らを高めよう」にて、日本レクリエーション協会の津幡氏よりお話をいただきました。

心をつなぐレクリエーションで 自らを高めよう

講演 津幡佳代子氏
日本レクリエーション協会 事業部専門職



日レクが考えるレクリエーションの目指す姿とは…

まずは『レクリエーションの認知度を上げること』です。

そのためには、レクリエーション・インストラクターが「さまざまな現場で実践力を発揮して活躍すること。」たとえば「子ども支援(仲間づくり、体力向上etc)の場」「高齢者支援(介護予防、生きがい支援)の場」「地域行事の場」等々でレクリエーションの存在感を示せるかが鍵となります。

それは一人一人が、まずは「実践力を磨いていく」こと。そしてそれぞれの現場での活動を通じてレクの楽しさを体感してもらうこと、そのことでレクリエーションの認知度を上げていく。それが支援現場で「レクリエーションの存在意義や価値を高めること」となり、ひいては「各都道府県や地域レクリエーション協会の存在意義を高める」ことにつながっていくと考えています。

そのためには、レクリエーション・インストラクターは「実践力(レクリエーションをやる力)」「講師力(レクリエーションのやり方を教える力)」「講師育成力(講師の育成力)」のスキルを日々磨いていく必要があります。

現在日本レクリエーション協会においては、レクリエーション・インストラクタースキルアップ制度を設け、「レクリエーション・インストラクター(RI)」「準中級RI」「中級RI」「準上級RI」「上級RI」の5つの階梯でスキルに合わせた認定制度を設けています。現場で経験を積み重ねてステップアップしていったい欲しいと考えています。



※当協会ではレクリエーション・インストラクターのスキルアップの一助として『レク力(チカラ)向上委員会』を発足させました。ここでは全国で活躍される上級レクリエーション・インストラクターを講師に招き、そのノウハウを直接学ぶべく、ZOOMで4回、対面で2回のコースで研修会も開催しています。

またその支援現場やレク活動を通じて、レクリエーション・インストラクター資格取得志望者が増えることが想定されます。一方、その対象者を指導することで講師力の向上につながり、そして講師育成力にもつながっていくという好循環が生まれていくのではないかと、この好循環を作り出すことこそが究極の目標であります。そして各都道府県や地域レクリエーションが好循環の流れをつくり出せるように支援していくのが日本レクリエーション協会ということになります。

レクリエーション・インストラクターの「実践力」「講師力」については、まずは実践力を身につけてコンスタントに力を発揮できるようになることが大切で、「確実な実践力無くして講師力は発揮できない」と考えています。

その実践力アップのための効果的なプログラムの組み合わせ方理論として「アイスブレイキング・モデル」があります。これは、「導入段階」「交流段階」「発展段階」と段階をおってコミュニケーションが発揮できるように意図的にレク活動を組み合わせて実施するプログラミングで、良好な集団へと導くことができます。レク活動の"楽しさ"や"効果"を高める支援技術理論と併せて活用して欲しいと思います。



レクリエーション・インストラクター養成講座2024レポート



2025（令和7）年1月11日、2月8日、3月1日と三回にわたり実施された令和6年度レクリエーション・インストラクター養成講座の最終日の様子を取材しました。

最終日は今回の講座で学んだことを発表する実践の場、そして試験の場でもありました。緊張で最初は硬い表情の発表者でしたが、徐々にテンションが上がりだすとそのレクと一緒に楽しむレク生や講師たちとが一体となり、会場は大いに盛り上がっていました。

本格的な発表の場を観るに、みなさんの成長ぶりがうかがえ、今回も充実した養成講座だったようでした。



学ぶだけでなく自分自身の健康のためにもレクを継続出来たらと思います

学び足りないところがまだまだたくさんあるのでこれからも勉強させていただきたいと思います



講師のスキルを始めみなさんがいろんなアイデアや引き出しを持ってたりで刺激をもらうことが多くて頑張れました。また、前に立った時に思わず笑顔になることもあり笑顔の大事さを思いました

みなさんにサポートされてるなという実感があってホントに楽しくできました



学習内容もみんなに会えたこともすべて目からうろこ！ただこれからは盾と矛として活用していきたいと思います

皆さんとの出会いが一番自分に響いて学びになったのかなと感じています



一言感想をもらいました
今回参加されたレク生の方たちに



講師の方が笑顔で向かい入れてくれて、最初にあった不安が最後は笑顔で終わることができました。みなさんとすっかり溶け込めて終わることができました

みんなの知恵を集めるといって、支援ができるんだなと思って、その一つ一つが宝物となりました



いろんな方の話を聴いて、レクは一生／生涯にわたって必要なんだと教えていただきました

ただ研修を受けてるだけだったらみなさんこうして仲良くなることはなかったかなと思います。講師の方々の教える技術に触れてみてレクリエーションってすごいなあと思改めて思った3日間でした



みなさんのスキルがすごすぎてプレッシャーだったんですが、すごく勉強になりました



いろいろこれまでは独学でやってきて、今回の研修で頭の中が理路整然と整理されてその答え合わせができたかなと、ほんとにためになりましたいまの仕事に活用できそうで大変よかったです

今回のスコレ123号では3ページにわたり“レクリエーションインストラクター養成講座”を特集しました。冒頭の渡辺委員長の熱々いメッセージは、レクリエーションに対する思いのたけを伝える内容となっています。

ことしもレク・インストラクター養成講座がまもなく開講となります。多くの方に参加いただき、委員会のメンバーと一緒に、真剣に楽しく学ぶ場になることを期待しています。養成講座の詳細はホームページに掲載しています。

レクリエーション・インストラクター指導者養成講習会

- ・通信学習（7月～8月）
- ・集合学習（9月6日・10月4日・10月25日／全3回）
- 会 場：県立スポーツ会館
- 主 催：県レクリエーション協会
- 主 管：指導者養成委員会



かながわレクリエーション大会2025

- 10月19日(日) 10:00～15:00
 会 場：アサテススポーツパーク
 主 催：神奈川県、県レクリエーション協会
 共 催：藤沢市

フォローアップ研修Ⅰ
「モルック体験会」

- 6月21日(土) 13:00～16:30
 会 場：県立スポーツ会館
 主 催：県レクリエーション協会
 主 管：事業委員会

フォローアップ研修Ⅱ
「あそびの日」

- 11月15日(土) 13:00～16:30
 会 場：三ツ沢公園
 主 催：県レクリエーション協会
 主 管：プログラム委員会

レクネタ講習会

- 7月19日(土) 9:00～12:00
 横浜市青少年育成センター
 （関内ホール地下1階）
 参加費 1,000円 定員 30名
 いろんなレクゲームを体験しながら、レク手法のコツや展開の仕方を学びあう場です
 主 管：指導者養成委員会

フォローアップ研修Ⅲ
「指導者交流会（仮称）」

- 2月14日(日)詳細未定
 会 場：県立スポーツ会館
 主 催：県レクリエーション協会
 主 管：指導者養成委員会

かながわ歴史ウォークⅢ
アンコールにちよて
「鶴見区の旧東海道を歩く」

- 12月14日(日) 9:00～12:00
 主 管：プログラム委員会

功労者表彰式&新春のつどい

- 1月24日(土) 11:30～13:30
 会 場：崎陽軒本店

第37回全国健康福祉祭ぎふ大会(ねりんピックぎふ2025)

- テーマ：清流に 輝け ひろがれ 長寿の輪
 期 間：令和7年10月18日(土)～21日(火)

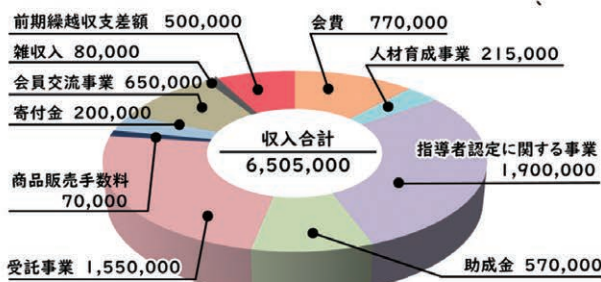
第79回全国レクリエーション大会 IN あいち

- 期 間：10月31日(金)～11月2日(日)

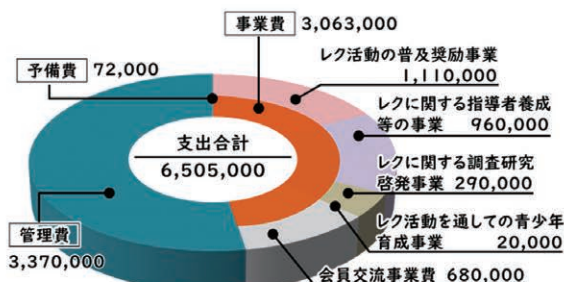
令和7年度収支予算

令和7年4月1日～令和8年3月31日

収入の部 (単位:円)



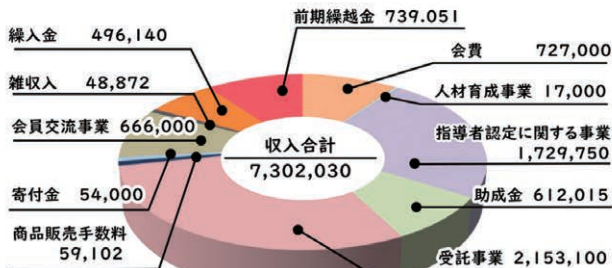
支出の部 (単位:円)



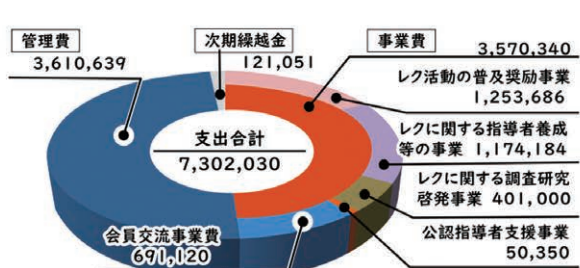
令和6年度収支決算

令和6年4月1日～令和7年3月31日

収入の部 (単位:円)



支出の部 (単位:円)



令和7年度総会前講演

神奈川のスポーツ・タイムトンネル

～取材現場を通じて～



(講演日：令和7年5月31日)

講師 神奈川県レクリエーション協会副会長 岡部 伸康

1988年(昭和63年)神奈川新聞社に入社。スポーツ担当として主にサッカーを担当しながら20年間現場での取材活動を通じて神奈川のスポーツを観てきました。その様子を"スポーツ・タイムトンネル"と題して振り返りたいと思います

取材歴20年を振り返ってもっとも印象に残る一年は1998年(平成10年)です。この年はまさに神奈川の"スポーツイヤー"、ともいわれるくらいに神奈川県を象徴する年でもありました

- ・1月の箱根駅伝における神奈川大学の完全優勝(連覇)
- ・関東学院大学の全国大学ラグビー選手権大会優勝(連覇)
- ・松坂大輔擁する横浜高校の甲子園大会春夏連覇!
- ・さらに日産自動車の夏の都市対抗野球大会での優勝
- ・極めつけは横浜ベイスターズの38年ぶりの日本一です!!
- ・また、翌年元旦には、横浜フリューゲルスが天皇杯サッカーで優勝

一方・かながわ・ゆめ国体が開催されるなど、スポーツ関連で紙面が埋め尽くされました

まさにこの時私は"神奈川はものすごい数の注目されるスポーツ競技があり、それを開催する施設も充実している"ことに感嘆させられました



岡部伸康副会長

Jリーグが誕生したのは1993年です。サッカーを担当してきて、いままで一番感動し、興奮したのはJリーグの開幕戦です。初戦の横浜マリノス対川崎ベルディの一戦、2:1で制したのはマリノスでした。この時決勝のゴールはラモン・ディアス選手(アルゼンチン出身)。ラモン選手は体つきはいたって普通で、アスリートを感じさせない印象でしたがポジションが最高で、ボールの来るところにきっちりいて、そしてきっちりとゴールを決めるという、いままでの日本にはいないレベルの選手で世界のすごさに圧倒させられました

1998年に"サッカーワールドカップ"を誘致しようという計画が持ち上がりました。当時サッカーは日本リーグの試合でも三ツ沢球技場はガラガラというありさまで、"ワールドカップに出たこともない、国が「できるわけない」「ありえない」とわたし自身も思っていました、入社15年後の2002年にそれが実現することとなりました。サッカーの激動の時代にリアルに取材できたことはまさに感慨深いことです

国際競技場(日産スタジアム)初代場長の小倉純二氏が、ワールドカップ誘致にあたり「Jリーグ誕生とワールドカップ招致はセットだった」と話された言葉が強く残っています。また新たに国際競技場をつくることは、すでにあった三ツ沢球技場に加えての新設となり、議会の反発も予想されることから当時の高秀市長が、横浜に2チームのJリーグチームをつくりそれぞれのホームとすることで解決されたということもお聞きました。

※"Jリーグオリジナル10"には神奈川に3チームがあります。マリノス、フリューゲルス、ベルディですがそのうち横浜に2チームがあるのを不思議に思っていたことがありましたがこういう背景があったのです

こうして7万人を収容する国際競技場が完成し、そしてそこで決勝戦までが行われることができることになりました

日本はこのワールドカップで"初の決勝トーナメント進出(ベスト16)"、という素晴らしい成績を残し大成功を収めることとなったわけです

サッカーの現場を取材して印象に残ったことが多々あります。桐蔭学園の監督をされていた李監督はもっとも影響を受けた一人です。当時私は"スポーツ記者はスポーツの勝ち負けを報道するのが仕事"だと思っていました。李監督に取材した時に勝利の感想はそっちのけで、「なんでピッチにピッチャーマウンドがあるの?おかしいと思わない」、「なんでぬかるみの中で試合やるの?これでは偶然性が左右することになるじゃない」などと話される。そして「これを書いてよ」と

勝利の感想を聴きたい私としては内心「そんなこと…」と思ってましたが、監督としては「何とかする方法はないのかな…」「環境を変えてあげたい」「記事にすることで世の中に訴えてよ」と報道する記者への思いがあったのでは、と後日考えさせられるような見方をするのを教わりました

ワールドカップ2002開催時のキャプテンだった森岡さんからは、「サッカーボールを両手で扱うこと。片手じゃダメなんだ」と大切なものはさらに大事に扱う気持ち、これはあらゆることに通じる言葉として私も大切にしています

記者として長年スポーツにかかわり、そこでのいろいろな出来事、いろいろな人との出会いを熱く語っていただきました。"スポーツ・タイムトンネル"を記者ならではの視点からお話いただきありがとうございました

かながわ
東西南北

まんなか
も!



今回の
注目はここ！

第6回

湘南



湘南の海岸沿いをのんびりサイクリング

湘南海岸には自転車歩行者専用道路を利用し砂浜に沿ってサイクリングコースがあります。茅ヶ崎～江の島間をサイクリングしながら風光明媚な湘南海岸に息を飲み、また多彩な観光スポットに立ち寄り、そんなコースを初夏の一日に楽しんできました。



烏帽子岩と富士山

茅ヶ崎海岸沖あいにはシンボルの烏帽子岩があり、富士山との雄大なコラボには圧倒されます。烏帽子岩は沖合1,200 mにある無人の岩礁群。地層は砂岩層と火山層が縞をなしていて、海底に堆積した地層が隆起したものが波で形が削られ、現在のような形になったと言われています。

茅ヶ崎海岸から辻堂西海岸に進むと、はるか遠方に伊豆大島が薄っすらと見えます。江の島から高速ジェット船が出ていて一時間程度の船旅、日帰りも可能です。不定期の運航ですが、今年は6月25日・26日にツアーが組まれて満員だったようです。

片瀬海岸西浜の遊歩道を隔てて新江の島水族館（えのすい）があり、多くの観光客でにぎわいます。呼び物の一つにクラゲの展示があります。「クラゲファンタジーホール」は、クラゲの体内をイメージさせる半ドーム式の空間の壁面に大小13の水槽と、ホール中央に球型水槽「クラゲプラネット～海月の惑星～」を配置し、世界で一番大きなクラゲの一つとされるパシフィックシーネットルをはじめ、常時約14種類のクラゲを公開しています。また4月末からは、相模湾で発見した体調1ミリほどの小さな新種クラゲ（世界初！）も展示されているそうです。



クラゲファンタジーホール

江の島は大昔片瀬山や腰越と陸続きで、浸食作用によって現在の形を形成したという説と、鎌倉時代に江の島が隆起し、引き潮の時に砂州が現れるようになった説があるようです。その時代の旅人は引き潮の時に砂州を徒歩で渡りました。江の島は信仰と観光でにぎわい、その様子を喜多川歌麿、葛飾北斎、歌川広重、歌川国芳等多くの絵師が「江の島をテーマ」として浮世絵で島の風景や風俗、参詣等を描いています。



歌川広重
相州江の島の図



江の島への観光客は年々増加傾向で、昨年度は年間2,040万人でした。両側には土産物店や食堂、江の島名物夫婦饅頭や恵比寿屋旅館、洞窟風呂で有名な旅館岩本楼等がある参道を緩やかに登っていくと最初の神社である辺津宮があり、さらに奥津宮、中津宮を過ぎると、頂上にはサミュエルコッキング園(旧江の島植物園)があります。園内にある江の島灯台に登って湘南の海や、富士山の景観を楽しむことができます。龍宮(わだつのみや)参拝後、裏側にある階段を降りると、稚児が淵の先に江の島岩屋と第二岩屋の龍神洞窟が待っています。第2岩屋の洞窟では、(竜が端座している後ろに人が屈んで入れる穴は富士山まで繋がっていると言われていますが、果たして?)

藤沢市では各所でレンタサイクルも用意され、自転車ですぐに走り回れるようなコースが設定されています。湘南海岸を一日かけて遊びつくしてみたいはいかがでしょうか。(松岡民生)

創ることを
もっと楽しむ大学へ

創ることを
もって楽しむ大学へ

2024年4月、工学部と情報学部は新体制でスタート

工学部			情報学部		健康医療科学部	
機械工学科 (2024年4月改編)	電気電子情報工学科 (2024年4月改編)	応用化学生物学科 (2024年4月開設)	情報工学科	看護学科		
機械工学コース	電気電子情報工学コース	応用化学コース	情報ネットワーク・コミュニケーション学科	管理栄養学科		
自動車システム工学コース	情報エレクトロニクスコース	応用バイオコース	情報メディア学科	臨床工学科		
環境・エネルギー工学コース		生命科学コース	情報システム学科 (2024年4月開設)			



神奈川工科大学
KANAGAWA INSTITUTE OF TECHNOLOGY

URL <https://www.kait.jp/>
〒243-0292神奈川県厚木市下荻野1030
E-mail nys@kait.jp

最新情報はこちらから!

KAIT

检索



コラム

郵便局めぐり
日本全国
郵便局めぐり

郵便局を訪れて少額ずつ貯金をし、通帳の印字のすき間に押してもらいスタンプを集めるという趣味をご存じですか。

これを教えてくれたのは中学の先輩でした。夏休みの北海道旅行で、「みんなで巡るから君もやろう、三文判を買ってこい」ということで、私の最初の通帳には「小樽」の地名が入っています。

旅行に郵便局を組み合わせるという発想が広まったのは、紀行作家としてカリスマ的存在だった種村直樹さんの雑誌記事ではなかったかと記憶しています。私たちはそれに乗ってみてすぐ、宝探しのような楽しさを見つけました。ネットも携帯電話もなく、確たる情報源は2万5千分の1地形図でした。まずは大きな書店に買いに行き、にらめっこして郵便局の記号に赤丸をつけ、観光名所と合わせていかに効率よく巡るかを、時刻表を繰りながら計画するのは、本当に素晴らしい経験でした。

やがて1人でも行くようになりました。郵便局を巡っているとその街の雰囲気がとてもよくわかります。大都市でも小さな集落でも、郵便局は人が集まるところにあるのだから、これは当然のことかもしれません。それに、貯金窓口にはこの趣味に理解の深い方がしばしばいらして、他に客がいないと近くの名所のこと、次に行く局のことを熱心に教えてくださるのです。旅先での会話は、一度限りかもしれないからこそ、強く印象に残ります。

結婚し、子育てが始まり、仕事が貯金窓口と同じ土日休みということで、残念ながらだんだんこの趣味にさける時間が少なくなって、郵便局をめぐる頻度が低くなっています。

郵便局は全国2万4千局、そのうち私が巡ったのはせいぜい1,000局です。それでも地元神奈川県下の郵便局750局のうち残りは10局ほどになりました。心配なのは世の中が通帳レスに向かっており、引退後の楽しみ……と、思ってもいられないことでしょうか。

会員の川島裕子さんから、「知り合いに郵便局を回ってその局名印を集める「郵便局巡り」を趣味とされている方がいます」という情報をいただきました。あと10件ぐらいで、神奈川県内全ての郵便局を回ることになるとのこと。さっそく素敵なお話をいただきました。

月日	取扱店	お預り金額	お支払金額
08-11	02017	100	松田郵便局
08-11	02239	100	あじさいの里 開成郵便局
08-11	09050	100	大井金子郵便局
08-11	02219	100	曾我郵便局
08-11	02718	100	小田原卸商業団地簡易郵便局
10-01			14受取利子

地元の特徴を表すフレーズや印があると嬉しくなります



これからももっと、 私はスポーツを楽しむんだ。

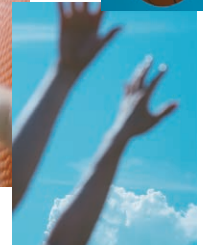
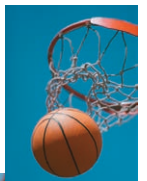
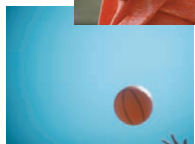
卓球歴24年。バスケ歴1日。

卓球の200倍もの重さがあるボールは、
なかなか言うことを聞いてくれない。

それでも、体を動かすだけで気持ちがいい。

初対面でもあっという間に仲間になれる。

競技人生での楽しさとは違う、
スポーツの楽しさに出会えた。



スポーツを極める人も、楽しむ人も、
すべての人のために、
スポーツくじの収益は使われています。

スポーツくじ

スポーツくじは、スポーツと人を育てる仕組み。

間違い探しクイズ (プレゼント企画)

左右2枚の絵を比べて、
絵の違いを7つ探してください。



応募方法

- ・7つの違いを記入し(例:花びらの数が違う等)、メールかFAXにてご応募ください。
- ・必ずスコアに関するアンケートにもお答えください。
- ・締切りは令和7年9月20日(必着)
- ・アンケートにもお答えいただいた正解者の中から、抽選にて3名の方にそれぞれ景品として、クオカード1,000円分を進呈いたします。
- ・当選者は次号のスコアにて発表。

メールでご応募の方はこのQRコード
もしくはHP(スコアアンケート)からお
願います。



FAXでご応募の方は、HPからスコアアンケートをダウンロードしていただき、記入の上送付ください。

FAX送付先: 045-320-0640

右の欄の応募用のQRコードを読み込むと、応募用紙の下の方に、間違い探しのイラストの拡大版をご覧いただけます。ご利用ください。

©imaco (神奈川県レクリエーション協会会員)

「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」を定期的にお届けします
 - 各種イベントに参加できます
 - レクリエーション用具等が10%引き価格で購入できます
年会費 3,000円
- 詳しくは当協会事務局までお問い合わせください
神奈川県レクリエーション協会事務局 Tel 045-320-2430



前号のクイズの解答です

- ①吹矢を持つ指
- ②的7番の色
- ③上部忍者の目の左右反転
- ④5番男性の髪形
- ⑤白色パーカー男性の吹矢の先
- ⑥グレーTシャツ男性の裾
- ⑦下の忍者の位置

多くの方に応募をいただきありがとうございました。

金本直也さん、梨本郁さん、川口みやびさんが当選されました。景品のクオカード1,000円分を送付させていただきました。



編集後記

今回のスコアは123号です! みなさん、123! と掛け声かけたりしますか? 私は重いものを持つ時に言いますが、運動不足です…。仕事以外は机に向かう時間の方が多いです。スコアの間違い探しクイズを私が作成しています! 皆さんは楽しんでいただけてますか? PCで拡大してみられるように県レクホームページにも掲載しています! 目の運動にもなるのでぜひチャレンジしてみてください (imaco)

スコア123号

発行日 令和7(2025)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
<http://www.kanagawa-rec.or.jp>

スポーツ安全保険

団体活動のための 小さな掛金 大きな補償

スポーツ活動、文化活動、ボランティア活動、地域活動、レクリエーション活動などを行う4名以上のアマチュアのクラブ・サークル・グループが加入できます。



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。

インターネットでかんたん加入
<https://www.sportsanzen.org>