



やってよかったレクリ活動
学んでよかったレクリ運動
もってよかったレクリ仲間



遊びの日2025開催

令和7年11月15日、三ツ沢公園桜山円形広場にて「遊びの日2025」を開催しました。本事業は、フォローアップ研修Ⅱ(主管：プログラム委員会)として初の取り組みとなる「公園を活用したレクリエーション普及活動」であり、日本レクリエーション協会主催の「あそびの日」に参画して実施しました。

当日は、加盟団体である横浜市レジャー・レクリエーション連合よりカップ協会および横浜市レクリーダー協議会の協力を得て、子どもから大人まで幅広い世代が楽しめる多彩なレクリエーションプログラムを展開しました。当委員会からは、皿まわしとラダーを組み合わせたニュースポーツ「皿スポ」を紹介し、あわせて日レク推奨レクリエーションである「紙風船エクササイズ」を実施しました。

カップ協会からはカップやモルック、横浜市レクリーダー協議会からはラダーゲッター、キャッチ・ザ・スティック、インディアカ、ネットパスラリーなどが提供され、参加者はそれぞれの種目を体験しながら、笑顔で交流を深めていました。

本イベントを通じて、屋外で行うレクリエーションの魅力や、誰もが気軽に参加できる「遊び」の大切さを発信する有意義な機会となりました。

(プログラム委員会副委員長 金本直也)

* * 相模原市レクリエーション協会創立70周年記念式典&祝賀会を開催 * *

令和8年1月11日(日)相模原市レクリエーション協会創立70周年記念式典・祝賀会をけやき会館にて開催しました。

当日は現役の大臣や市長を始め市内の関係者や内藤県レク協会長等多くのご来賓にご臨席を賜り、高校生の太鼓ショー、プロの祝宴の舞、会員の踊りにスポーツチャンバラの演武。さらに市長のカラオケとキンキラの衣装を着ての「マツケンサンバ」に会場は最高潮に盛り上がり、当協会の元気と行動力を大いにPRし、盛会裏のうちに70周年を祝いました。

(相模原市レクリエーション協会会長 磯 隆司)



相模原市レクリエーション協会協会磯会長



神奈川県レクリエーション協会内藤会長



マツケンサンバを踊る相模原市本村市長

令和7年度表彰関係

令和7年度表彰された方々をご紹介します。
皆様おめでとうございます。(敬称略)

神奈川県レクリエーション協会功労者表彰

令和7年度功労者表彰式・新春のつどい(令和8年1月24日開催)にて表彰式が執り行われました。



前列左より

● 高橋 佐知子 | 相模原市レクリエーション協会

● 内藤会長

● 飯島 喜代子 | 神奈川県民踊連盟

後列左より

● 露木 照久 | 藤沢市レクリエーション協会

● 東 孝子 | 神奈川県フォークダンス連盟

● 吉田 茂 | NPO法人神奈川県歩け歩け協会

● 菅野 昭男 | NPO法人日本ティーボール協会神奈川県連盟

● 田村 武司 | NPO法人神奈川県レクリエーション協会

日本レクリエーション協会レクリエーション運動普及振興功労者表彰

第79回全国レクリエーション大会インあいち
(10月31日～11月2日開催)にて表彰式が執り行われました。

【個人表彰】

● 鈴木 秀雄 | 横浜市レジャー・レクリエーション連合理事長

● 青柳 八重子 | 神奈川県フォークダンス連盟副会長

● 吉田 ミエノ | 相模原市レクリエーション協会副会長

【団体表彰】

● 川崎市レクリエーション連盟 | 代表 土屋 勝



鈴木 秀雄



青柳 八重子



吉田 ミエノ



土屋 勝

神奈川県スポーツ功労者表彰

● 平井 賞子 |
川崎市レクリエーション連盟理事長
かわさきネイチャーゲームの会運営委員長

令和8年1月17日(土)
新都市ホールにて表彰式が
執り行われました。



平井 賞子

文部科学省表彰

10月16日生涯スポーツ功労者表彰および生涯スポーツ優良団体表彰式が執り行われ
文部科学大臣より表彰状を授与されました。

【生涯スポーツ功労者表彰】

● 井上 桂 | NPO 法人神奈川県レクリエーション協会参与

● 佐藤 節子 | 座間市レクリエーション協会会長

【生涯スポーツ優良団体表彰】

● 鎌倉市レクリエーション協会 | 代表 若木 一美

10月16日長野県にてスポーツ推進委員功労者表彰式が執り行われ文部科学大臣より表彰状
を授与されました。

【スポーツ推進委員功労者表彰】

● 波多野 啓子 | NPO 法人神奈川県レクリエーション協会理事長
座間市スポーツ推進委員協議会副会長



井上 桂



佐藤 節子



若木 一美



波多野 啓子

第79回全国レクリエーション大会インあいち開催される

「愛を育み 知を集め 笑顔と会話で 広がるレクの輪」のスローガンのもと、第79回全国レクリエーション大会インあいちが10月31日(金)から3日間、名古屋市を中心に開催されました。開会式の式典では(公財)日本レクリエーション協会理事長樋口修資氏と愛知県知事大村秀章氏からの歓迎の挨拶に続き、「レクリエーション生涯スポーツ功労者及び生涯スポーツ優良団体表彰」の表彰式が行われました。個人表彰では神奈川県からは鈴木秀雄氏、青柳八重子氏、吉田ミエノ氏の3名が、団体表彰としては川崎市レクリエーション連盟(代表:土屋勝氏)がそれぞれ授賞となりました。

また当協会会員の井上美乃里氏が「魔法のシートを利用してアレンジの方法を学ぼう」と題したワークショップを開催されました。(松岡 民生)



ワークショップ ▶ 「魔法のシートを利用してアレンジの方法を学ぼう」

11月1日(土)会場の「ウイंकあいち」研究フォーラムのコーナーで、日ごろ私が活用している魔法のシート(すごろく)を活用するワークショップを開催しました。参加者は18名。1番最後の時間ということもあって帰宅される方も多く、定員の半分位の方の参加となりました。

“すごろく”を一から作るのは普通に考えると大変です。そこで今回は付箋を使い、①まず各グループでテーマ決めをする。②それについて一人5枚の付箋を使い、1マスづつの内容を考える。③書いた付箋をどこに貼るかグループ内で相談する。というやり方としました。どこに置けば楽しくなるかは、実際にやってみながら微調整してもらいました。



実際に出来上がったすごろくをやって笑い声で盛り上がるグループやマス目を考える時も、持参したネタ帳から面白そうな内容を相談しながらやってるグループなどそれぞれに真剣かつ楽しまれていました。また、同じシートでもテーマが違う分なりに何通りの物ができるなどの楽しみも体験できたと思います。余談ですが、ペットボトルに数字を書いた割り箸を6本入れてサイコロになるというアレンジには、参加者みんな驚いていました!

お土産として、シートやネタ帳を渡しました。「帰宅したら自分なりのすごろくを作りたい」と言う方がたくさんいて、喜んでいただけたのを実感しました。

ペットボトルサイコロ



(井上 美乃里)

出来上がったすごろくです。
左から「金運アップすごろく」
「都道府県すごろく」
「おみくじすごろく」



アイデア次第でいろんな楽しいものができそうですね。

川崎市レクリエーション連盟創立50周年記念交流会を開催



川崎市レクリエーション連盟は、今年50周年を迎えました。昭和50年(1975年)に13団体で連盟を創立、現在の加盟団体は16団体。

その間、「全国一斉あそびの日かわさき広場」「川崎市スポーツレクリエーション大会」「ニュースポーツ指導者講習会」など毎年工夫しながら、活動してきました。

10月1日には、理事の方々を中心に、50周年記念の交流会を開催し、各加盟団体の現状報告や、昔話、今後の課題などで、盛り上がりました。

今後も、レクリエーションの楽しさ、スポーツの楽しさを伝えていく活動に、皆で協力し合うことを確認したお祝いの会となりました。

(川崎市レクリエーション連盟副会長 三野宮実)

かながわレクリエーション大会2025開催

かながわレクリエーション大会2025が10月19日(日)アサテススポーツパーク(県立スポーツセンター)で開催されました。本大会は昭和32(1950)年に第一回が開催されてから、その後大会の名称の変遷はありながらも今日まで(途中コロナ禍で中止となったりしましたが)70有余年も続いている、歴史ある、当協会の一大イベントです。今回の大会は、主催が神奈川県と神奈川県レクリエーション協会、共催は藤沢市レクリエーション協会、それに加え神奈川工科大学、スポーツミーム、県パラスポーツ協会の3団体の協力を得ての開催となりました。

当協会の加盟団体からの20種目団体を中心に、3つの協力団体や県スポーツ課が参加し、陸上競技場・球技場、アリーナ屋内競技場の広い会場にて10時から15時まで体験会を開催。当日朝の天候が心配されましたが雨もなく、約2,000名の方が入場されました。各コーナーでいろいろなレクリエーションを体験出来て楽しいレクリエーション大会となりました。

(松岡民生)



サンコロビンゴ



新しい"eスポーツ"を紹介

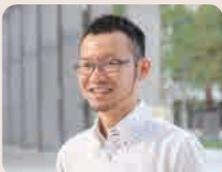
会場の一角で異様に盛り上がっているコーナーを発見!!のぞいてみるとパソコン画面を観ながらサイコロを必死で並べ替えている様子、周りで観ている人たちが歓声を上げています。「やった〜ビンゴ!!」完成〜!!「サンコロビンゴ」という新しい"eスポーツ"のコーナーでした。

画面にはタテヨコ5個の数字がランダムに表示されています。数字と+、-、×、÷が書かれた計3個のサイコロを並べて、画面に表示されたビンゴカードの数字になるように数式を考えながら作る。縦・横・斜めのマスを埋め、早くビンゴした方が勝ち。対戦相手のビンゴを邪魔したりして、頭も使い体も使ったりでなかなか忙しい(笑)でもとにかく必死になってみなさんビンゴを狙っていました。



(姉川 護)

これを考案されたのは、神奈川工科大学の鈴木浩教授です



鈴木浩教授

かながわレクリエーション大会2025で多くの方に体験いただいた〈サンコロビンゴ〉は、認知症予防を意識して設計したビンゴゲームです。3つのサイコロを並べ替えて、四則演算でボード上の数字を作ってマスを取り合います。計算による"脳トレ"、サイコロを動かす軽い"運動"、対戦や応援で自然に生まれる"コミュニケーション"を一度に体験できるのが特長です。大きく見やすい表示と直感的な操作で初めての方でも安心して参加でき、観戦の盛り上がりも魅力です。地域サロンや介護予防教室、学校・企業の交流会まで幅広い場面で活用でき、短時間から導入可能となっています。今後は、世代を超えて遊びながら交流を広げる"ユニバーサルeスポーツ"として認知していただくことを目指しています。

お問い合わせは神奈川工科大学 情報メディア学科 鈴木教授まで



創ることをもっと楽しむ大学へ 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

最新情報はここから!

KAIT 検索



フォローアップ研修会 I モルック体験会開催



6月21日(土) 令和7年度第一回フォローアップ研修会として、モルックの体験会(主管:事業委員会)を開催しました。場所は県立スポーツ会館体育館。屋内ということで床にクッション材を敷いたり、フェンスを立てたりなど床を傷めないように配慮しながらの開催となりました。指導していただくのはモルックに精通している南谷 裕氏(事業委員会副会長)。まずルール等の説明を行いしっかりと頭に入れていただくことから始めました。



モルックは1996年にフィンランドで生まれた人気のスポーツで、年齢や体力の違いに関係なく、子どもからお年寄りまで誰でも安心して安全に楽しめるスポーツとして注目されています。

日本では2010年代後半から徐々に人気を広がり始め、特に2020年以降はテレビや雑誌、SNSなどのメディアで頻繁に取り上げられるようになり、競技を楽しむ人が急増しました。2023年から2025年にかけては、特に大学生や若い社会人の間で熱気が高まり、全国各地でさまざまな大会が次々と開催されるなど、まさに本格的なブームが到来しています。この時期にアウトドアブームや健康志向の高まりも重なって、多くの人々がモルックに興味を持ち、プレイする機会が増えました。

一般社団法人日本モルック協会(JMA)が中心となって普及活動を積極的に推進しており、老若男女はもちろん、障がいのある人も一緒に参加できる「ユニバーサルスポーツ」として強く位置づけられています。地域ごとの体験会が各地で頻繁に開かれたり、自治体がイベントに導入したりする動きが活発で、新たに日本選手権も設けられたことで、競技としてのレベルもどんどん上がっています。

その後、体育館に移動しいよいよ体験会のスタートとなりました。モルックは木製の道具を使うシンプルなスタイルが特徴で、1から12の数字が書かれた「スキttl」と呼ばれるピンを、木の棒「モルック」で倒して得点を競います。ただ運に任せるだけではなく、倒れたピンの数や数字を計算しながらちょうど50点ぴったりを目指す戦略性が大きなポイント。数人でグループを作り対抗戦の形で競技を競います。



モルック ルール要約

- 3~4m先に数字1~12のスキttl 12本を並べる
- 下投げでモルックを投げる(線を踏むと0点)
- 1本倒す → その数字が得点
- 複数本倒す → 倒れた本数が得点
- 完全に倒れないと0点
- 倒れたスキttlはその場で立て直す
- 50点ちょうどで勝ち
- 50点を超えると25点に戻る
- 3回連続ミスで0点&失格



スキttlをめがけて一投目を投げて競技開始!

競技が進むにつれてスキttlはどんどんいろんな方向にばらけていきます



どのスキttlを狙うか...でも思い通りには(;^_^A



最強のチーム!!
どんどん勝ち進みましたが..



最終的には中年パワーの逆転勝利となりました
なかなか奥の深い競技でした...(*^_^*)

モルックがどんなスポーツなのか、実際にどんな雰囲気で行っているのか気になる方は、ぜひ県レクのホームページまたは右のQRコードからアクセスできるインスタグラムをチェックしてみてください。そこにアップされている動画を見れば、きっとやってみたくなるはずです。

(今関 麻子)

県レク公式インスタグラム
ハッシュタグ #レクの輪



KANAGAWA_REC



2025(令和7)年度レクリエーション・インストラクター養成講座開催

9月6日(土)・10月4日(土)・10月25日(土)と、3回にわたり神奈川県立スポーツ会館にて開催されました。

養成カリキュラムの内容は、「理論科目」9時間、「実技科目」27時間、「演習・実習科目」24時間となっています。そのうちの「理論科目」は通信学習として自宅等で動画を視聴し事前に課題に取り組みます。「実技科目」も通信学習ですが、集合学習と連動させ、自宅等で動画や学習課題を活用し集合学習の予習・復習を行います。3日間の集合学習に加えて、実際の現場実習として事業参加、スタッフ参加を各1回行うという流れです。

事前に課題をしっかりと取り組まれたようで、受講生は目的意識をもって真剣に参加されていました。またレクを基礎から学ぶことで、働く現場で覚えた見よう見まねのレクからさらにブラッシュアップさせる気づきを得たり、レクのバリエーションを知って視野を広げたり、また共通の悩みや課題を持つ仲間づくりができたりと得るものが多い講座となったようです。そんな受講生たちを前にして、講師陣もテンション高くしながら一体となって指導されていました。

最終日、受講生のいきいきとした笑顔や振舞いに、短い期間でしたがやり切った充実感を感じました。渡辺委員長は、「これからもこの仲間たちでつながり、互いに成長していきましょう」と話されました。一年後二年後が楽しみな仲間の誕生となりました。

(姉川 護)



第52回川崎みなと祭りに参加しました

10月11日(土)12日(日)川崎マリエン周辺や東扇島公園にて開催された川崎みなと祭り、当協会からは「チャレンジスポーツ体験会」として、ポッチャ・モルック・ラダーゲッター・スポーツ皿回しの4種目にて参加しました。

初日はあいにくの雨で人もまばらでしたが2日目の日曜日は朝から晴れ上がり絶好のスポーツ日和となり、第52回となる毎年恒例のイベントとあって広い会場はオープンと共に家族連れを中心にごった返す盛況となりました。スポーツ体験会はテニスコート4面を使って行いましたが、各種目参加待ちの行列が出来るほどで、あちこちから歓声が上がり笑顔が満ちあふれて、最高のイベントとなりました。主催者側からも「テニスコートにこんなにも人が集まるなんてスゴイ!」と喜びのメッセージをいただきました。

(姉川 護)



訃報

当協会顧問の明石一雄氏(享年85歳)におかれましては令和7年8月27日にご逝去され葬儀及び告別式はご遺族の意向により近親者のみにて執り行われました。明石氏は平成28年度から令和2年度の2期4年間当協会の会長を務められ令和3年度から現在まで顧問に就任されていました。謹んでご冥福をお祈りいたします。



かながわ 東西南北 まんなかも! なんでも特集!

今回の
注目はここ!



服部牧場からあいかわ公園～宮ヶ瀬ダムで秋の余韻に浸る

近年園芸界でブームとなっている宿根草の花々のガーデンがあると聞いて、11月9日(日)に、神奈川県随一の広さを誇る愛川町半原の服部牧場を訪ねてみました。天気はあいにくの小雨でしたが、東丹沢の山々には雲がかかりしっとりとした幽玄な雰囲気にもまれていてなかなかいい感じ。牧場の奥の小さな階段を上っていくと目的のガーデンが広がっていました。さすがにこの時期は花々は少なめでグラス類中心になっていましたが、菊やダリア、ヤナギハナガサなどが存在感を示していました。

平栗智子氏が2015年秋から服部牧場内のガーデンのデザインや管理を手がけているそうです。6月ごろに開花する宿根草が多いのですが、こちらのガーデンでは一年を通して様々な花が咲く場所としてガーデニング雑誌などで紹介されています。



服部牧場は、観光牧場としての一面もあり、牛や馬、羊など10種類を超える動物たちとふれあいができ、乳しぼり、乗馬など様々な体験ができます。またBBQ場もあり、家族や仲間と訪れ楽しめる方には格好の場所となっています。この日は、千葉からドライブできたという、車仲間の団体と知り合うことができました。

牧場内には買い物ができる施設が併設され、そこでは産地直売の加工品(乳製品、肉類)また、近所の畑で採れる野菜や陶芸品などが販売されていました。その中でも目玉だったのが、アイスクリームです!アイス工房「カサリンガ」で絞りたての牛乳で作られたアイスクリームを堪能させていただきました!!一口目から濃厚なミルクの味が口いっぱいになり広がってサクサク感と合わさると絶品でもうひとつ食べたくなりました。



牧場の近くには宮ヶ瀬ダムやあいかわ公園があり、散歩しようと足を延ばすことにしました。その前にお昼にしようところがいかが思案しているところに、愛川町在住の方にお会いでき、「ランチなら“スタンプ”がおすすめだよ」と言われ、早速行ってきました。そこのレストランは愛川大橋のそばにあり、すでに駐車場は満杯でしたが、空席はいくつかあり座ることができました。150gのステーキセットをいただきお腹いっぱい!!評判通りのおいしさ!!満足感にひたひたながら午後の散歩ルートあいかわ公園へと向かいました。



そのころには小雨も上がり薄日も差してきて見ごろの紅葉が迎えてくれました。真っ赤に色づいたモミジ、きれいに刈り込まれたドウダンツツジ。コナラやクヌギの黄色が混じり公園は秋色に染まっていました。



そこからさらに足を延ばし、宮ヶ瀬ダムへ。たまたまダムの放流日と重なったので、ラッキーでした。14時から始まった放流は想像を超える迫力で、轟音とともに2本の白い水の筋がどンドン太くなっていき、流れ落ちた先の川からは水しぶきが煙のように舞い上がり6分間があっという間でした。



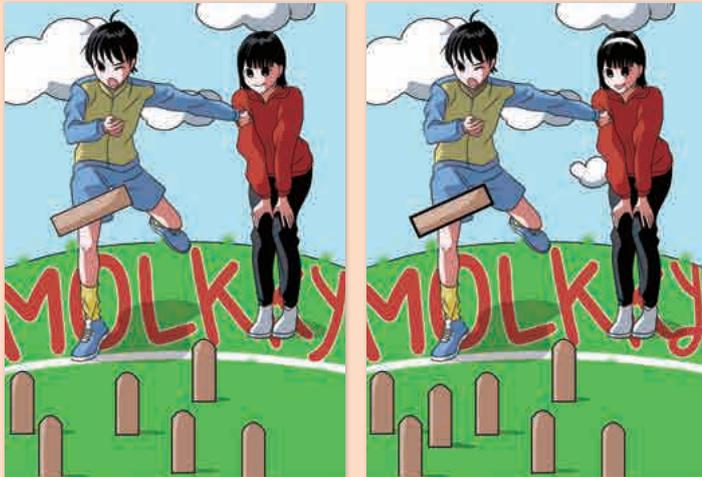
秋探しを楽しむには少し肌寒く小雨もパラつくあいにくの一日でしたが、秋の花や紅葉また美味しいものをたくさん堪能することができて大満足な一日でした。

(今関 麻子)

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8年6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
いします。

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 Tシャツの色
- ② 袖のライン
- ③ リストバンド
- ④ 靴下の長さ
- ⑤ コース(点線)
- ⑥ 歩け歩けの文字の影
- ⑦ 道路有無

多くの方に応募をいただきありがとうございました。

今回は当選者がありませんでした。ちょっと難しかったかも・・・と反省しています。みなさんは是非チャレンジしてみてください。応募をお待ちしています。

編集後記

編集委員の仕事は、広報紙スコアの原稿集めや、記事を書くことは、私は若干大変と感じますが、人との出会いや 又色々な人との触れ合い、そして編集会議での話し合いにより、自身の生き方に良い刺激を受けています。是非、皆様も参加して広報紙を一緒に作ってみませんか。(I・K)

スコア124号

発行日 令和8(2026)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 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>