

やってよかったしく活動 学んでよかったしく運動 もってよかったこの仲間

'04スポレク大会開催にあたって！

神奈川県立体育センター 藤原三津男 所長

8月13日(金)神奈川県立体育センターにおいて、平成16年度かながわスポーツレクリエーション大会(湘南会場)が開催されました。当日は記録的な猛暑にも負けず、1425名がスポーツやクラフトなど16種目を楽しみ、暑さを吹き飛ばしました(大会アルバムは3頁に掲載)。

オープニングに県立体育センター所長からご挨拶を頂きましたのでご紹介いたします。

本日「かながわスポーツ・レクリエーション大会」が、ここの体育センターを舞台にこのように盛大に開催されますことを大変喜ばしく思っております。

また、ご参集の皆さまにおかれましては、日ごろより当センター事業への協力を始め、県民のスポーツ・レクリエーション活動の普及・啓発にご尽力いただき誠にありがとうございます。この場をお借りしまして、厚くお礼申し上げます。

さて、皆さんもテレビや新聞等でご承知のことと思いますが、最新の調査によりますと1人の女性が生涯に産む子どもの数を示した出生率は過去最低の1.26に低下。

また、日本人の平均寿命は女性が85.33歳、男性が78.36歳となり、男女とも過去最高を更新しました。まさに、深刻な少子高齢化が進行しております。

こうした状況の中、年間30兆円ともいわれる国民医療費の高騰は、国や地方の財政を圧迫し、私たちの生活に大きな社会不安をもたらすものとなっております。

稼ぎ頭の年代が減少し、高齢者が増えていくという時代が目の前までやってきています。県の試算では、2015年には43人に1人が65歳以上になることが予測されています。

そうした視点で考えたときに、まさにスポーツによる健康寿命の延伸

は、日本の将来像を考える上でも、大変重要なキーとなっております。

スポーツは「からだ」を動かすという人間本来の欲求にこたえ、爽快感、達成感、他者との連帯感といった精神的充足を与えるとともに、健康の保持増進、体力の向上等に資するなど、心身の健康に大きく寄与するものです。

スポーツを日常生活の中に取り入れ、習慣化していくことで、元気な高齢者を増やし、寝たきりや病院通いから開放された、豊かなシニアライフを実現していくことが望まれています。

県では、一日30分、週3日、3ヶ月間継続して運動・スポーツを実践する3033(サンマルサン)運動を提唱し、日常生活の中にスポーツを習慣化してもらおうという取り組みを行っております。

本日お集まりの皆さんにおかれましても、3033運動の趣旨をご理解いただき、全県的に広めていただければ幸いです。

最後になりますが、本大会の開催にあたりご尽力いただいた特定非営利活動法人神奈川県立レクリエーション協会を始め、関係団体の皆様方に深く敬意を表しますとともに、本日の大会が事故なく、成功裏に修了することを祈念いたしまして、簡単ではありますが私の挨拶に代えさせていただきます。



3033運動のすすめ

リーダーシッププロブレニング [Leadership Training]

委員会活動はじまる!

LT委員会の皆さん



今年度、若木理事長の強い信念のもと、新たに設けられたLT委員会、(リーダーシップトレーニング: Leadership Training)の初めての事業が、さる、8月22日(日)横浜の県民活動サポートセンターにおいて、満員御礼の中で開催されました。

その内容と小泉八重子委員長の抱負等をご紹介します。

LT委員会の抱負と今後の活動について

leadership training

本協会が養成したレクリエーションインストラクター資格取得者の技術向上や、活動支援を行うと共に日本レクリエーション協会資格取得者のフォローアップやスキルアップ研修会の開催を目的として、今年度「リーダーシッププロブレニング委員会」が新設されました。16年度は3回の研修会を計画しました。

一回目(8月22日)は「福祉現場で奮闘している方々に求められているレク」。講師に日本福祉教育専門学校専任講師の「廣池利邦氏」。二回目(9月12日)は「子どもの心に響く楽しい子育て」。講師に子育て応援団・団長の「三好良子氏」をお招きいたしました。各回とも盛会で、現場ですぐ役に立つ実り多い研修が出来ました。

6月1日の募集開始間もなく定員60名となりました。このような「場の提供」が、いかに資格者の皆様に期待されていたかを痛切に感じ、委員会の重みを委員4名(小泉・宮本・橋高・松坂)身が引き締まる思いで受け止めております。これからもご期待に添えるよう、資格取得者の技術向上や活動支援を目指します。

今回、「かながわレクスクール修了生」にスタッフなどご活躍いただいております。今後、「地域協会などの養成講座修了生の皆様」、「資格取得ひと休み中の皆様」お気軽にご参加ください。スタッフ大歓迎です。

三回目は「いつでも、どこでも、誰でもレク活動」はレクの集大成の研修です。ただ今募集中!皆様の参加をお待ちしております。

委員長 小泉 八重子



廣池先生

1回目の研修風景



三好先生

2回目の研修風景

第三回目 フォローアップ研修(募集中)

幼児から高齢者まで、いつでもだれでもレク活動

日時:平成17年2月6日(日)

午前10時から午後3時まで

テーマ:「スキルアップ・レク活動

いつでもどこでも 誰とでも」

会場:和泉短期大学体育館(相模原市) 予定

参加費:一,〇〇〇円(当日徴収)

募集:二〇〇名

締切:平成17年1月31日(月)



かながわスポーツ・レクリエーション大会

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



今年もみんなで
楽しみました



特集!

かながわ スポーツレクリエーション 大会アルバム

**湘南
会場**

と き ● 8月13日(金)
ところ ● 神奈川県立体育センター
参加団体 ● 16 団体
参加者 ● 男/592名 女/833名 計/1,425名





さる、8月7日(土) 藤沢市の県立体育センターにおいて、財団法人日本レクリエーション協会の2003-2004年度チャレンジ・ザ・ゲーム認定種目を含めた人気の高い7種目の“記録への挑戦会”が開かれました。ハプニング続出に会場は爆笑の渦、暑さも忘れる夏の日でした。



フロント・パス・ラリー



ダブル・リレー



グループ・バンブーダンス



ネット・パス・ラリー



三枝県レク協会長の熱い激励

特集!

チャレンジ・ザ・ゲーム 2004 in かながわ

開催される!



このイベントを企画した
生涯スポーツ推進委員会の
みなさん

チャレンジ・ザ・ゲーム
2004 in かながわ
とき：2004. 8. 7
とこ：神奈川県立体育センター

記録証
挑戦者氏名

種目	メンバー	記録
・ダブル・リレー	5名	156 回
・ドンパー・リレー	5名	163 回
・ネット・パス・ラリー	4名	53 回
・フロント・パス・ラリー	4名	62 回
・エンジョイ・パス・ラリー	4名	80 回
・グループ・バンブーダンス	8名	107 回
・ベア・リング・キャッチ	2名	119 回

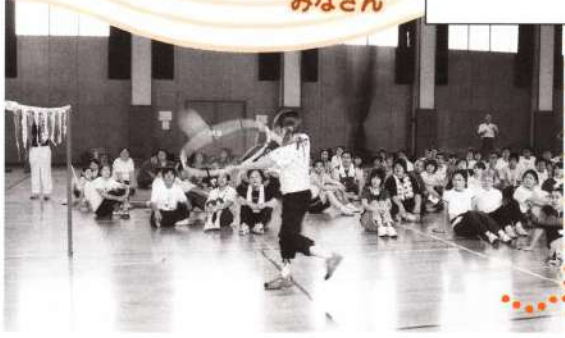
※賞文字は2003-2004年度大会種目
主催 NPO神奈川県レクリエーション協会
生涯スポーツ推進委員会



ベア・リング・キャッチ



ドンパー・リレー



エンジョイ・パス・ラリー

7種類の楽しいゲームを体験
して記録を競い合おう！
7月25日(土)10時～12時
NPO神奈川県レクリエーション協会
生涯スポーツ推進委員会

主催
NPO 神奈川県レクリエーション協会
生涯スポーツ推進委員会

海老名市レクリエーション協会

理事長 鈴木富男

当協会は、民踊、フォークダンス、歩こう会、ターゲット・バードゴルフ、グラウンド・ゴルフ、の5団体で構成し主な活動としては、スポーツレクリエーションフェスティバル、市民ウォーク、ふるさと祭り、など、又、操体法講習会、ダーツ講習会、カローリング講習会、準備体操講習会等、市民及び会員の求めに応じて実施しているのが特徴かと思えます。これからも相互の連携の輪を広げながら、健康的なレクリエーション環境づくりを目指していきたいと思えます。

座間市レクリエーション協会

会長 荒井興一

座間市レク協会は昭和61年に設立され、日本レク協会公認レクインストラクター養成講習会を中心に現在11団体が加盟しています。その中の一つとして社交ダンス連合について話します。他の地区では社交ダンスはレク協ではなく体育協会に加盟しているところが多いかと思えます。4年後の北京オリンピックに社交ダンスが会場と云うことで話が進められておりますが、オリンピックはスポーツの祭典であり、社交ダンスの社交とは、スポーツの意味から外れるとのことで、社交ダンスがスポーツダンスと改められました。私は社交ダンスをレクリエーションとして広めて行きたいと思っております。

(地域・種目)団体
ネットワーク
話と輪環

NPO日本テニス協会神奈川県連盟

理事長 瀬住道夫

テニスは「いつでも、どこでも、だれにでも」を合言葉に、あらゆる人たちがプレーできる生涯・健康スポーツです。現在、テニスは、「神奈川県オープンふれあいテニス大会」を始めとして、「かながわ小学生・親子ふれあいテニス大会」「かながわ健康福祉スマイルテニス大会」等の大会や地域での講習会を通して、多くの人たちに親しまれています。

生涯・健康スポーツとしてのテニスが学校教育や地域社会において、さらに親しんでいただけるよう、質の高い指導者の育成を目指しております。

神奈川県バウンド・テニス協会

理事長 大塚豊

バウンド・テニスは誰もが気軽に参加でき、生涯にわたってプレーを楽しむことのできるスポーツとして愛好されておりますが、単にレクリエーションに限定することなく、技を極めれば非常に奥深いものがあり、競技スポーツとしても、素晴らしい魅力をもちあわせています。どうぞレクリエーション協会会員の皆さん体験してみてくださいか？今年近県に呼びかけて、親善交流を開催する予定です。今年7月24・25日の全日本選手権大会で男子ミドルダブルスで倉谷・小林組が準優勝しました。うれしいことです。これからも普及に力を入れていきます。



かながわ福祉ウォークラリーの出発前

レクリエーション・インストラクター養成講習会盛ん!

相模原市ソング指導



明日のレクリエーション支援者を育成する、レクリエーション・インストラクター養成講習会が今、県内各地域協会や課程認定校で盛んに行われております。

県レクリエーション協会をはじめ、横浜市レク協会、相模原市レク協会、かながわ福祉専門学校（座間市内）、鎌倉女子大学（鎌倉市）、和泉福祉専門学校（相模原市）等10校で、資格取得を目指して多くの方が頑張っています。

わたしの推薦スポット

紹介者 座間市レクリエーション協会
副理事長 伊藤 勇

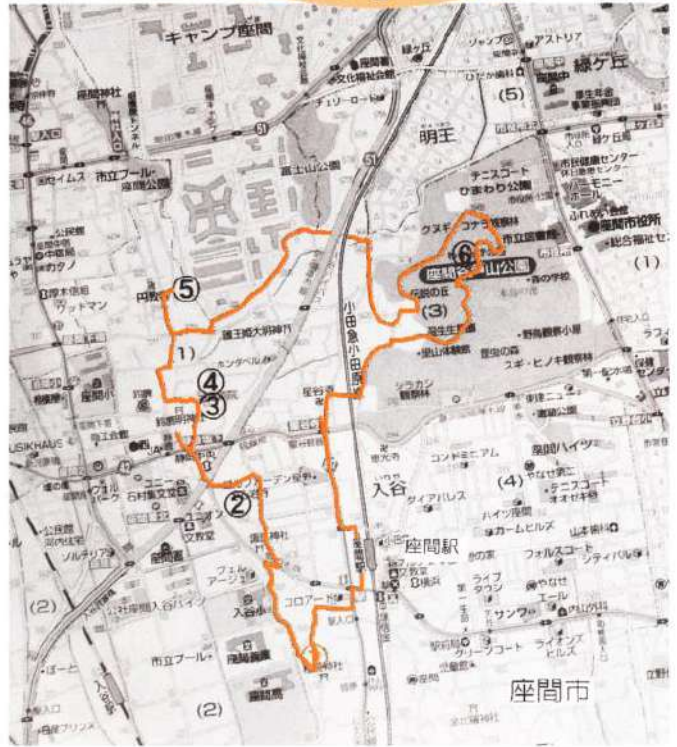
座間の湧水と歴史を巡って

座間市は、地下水が豊富です。市民の飲み水は地下水です。それを証明する湧水が市内に今も多く点在しています。

そこで、歴史と坂を組み入れた「湧水巡り」のコースを紹介します。秋の日、散策しい汗をかいて下さい。

★行程：約4km

★コース：小田急「座間駅」→①神井戸の湧水→梨の木坂→旧鎌倉街道→心岩寺→②心岩寺の湧水→鈴鹿明神社→龍源院→③龍源院の湧水→④鈴鹿の湧水→円教寺→⑤番神水の湧水→県立谷戸山公園→⑥わきみすの谷(湧水)→星谷寺→小田急「座間駅」



① 神井戸の湧水



② 心岩寺の湧水



③ 龍源院の湧水



④ 鈴鹿の湧水



⑤ 番神水の湧水



⑥ わきみすの谷

★スペースの都合上、地図が見にくくなっています。拡大コピーにご利用下さい。

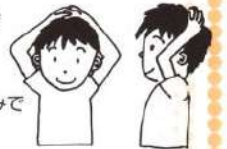
知っていると得する話

首のストレッチと強化 頭をスッキリ、肩こり解消、胸・背・腕の筋力アップのために

◎2～10回程度

◎座位または立位でできる。足は基本の足位置で

- ①手を組んで後頭部の一番高いところにのせる。
- ②胸の力を抜いて頭を前に倒し、ひじを閉じ腕の重みで首筋を伸ばす。そのまま10～20秒数える。



- ③ひじを開きながら頭を起こす。

- ④肘を開いたまま親指で首筋に沿って指圧する。



- ⑤親指を「ほんのくぼ(頭と首の境目)」の左右1cmに当て、他の指先で後方から頭を支える。

- ⑥あごを引き、ひじをできるだけ大きく開いて頭と手で押し合う。そのまま6～10秒数える。

- ⑦緩めて腕を下ろし、肩を2～3回上下させ、頭を「イヤイヤ～」と振る。



制作 大磯町健康福祉課 監修 橋高靖子

特別寄稿

第21回国際親善

レクリエーション卓球交流大会

日本レクリエーション卓球連盟 副会長 小椋弘子

平成11年のハワイ移民百年祭を記念して始められた「シティーオブ東京号大会」は今年で第三回を迎え、5月15日オワフ島体育館で開催されました。

参加者44名（神奈川より30名）が14日成田を出発しました。ホノルル空港着後市内観光、アウトレットでショッピング、そしてワイキキの浜に近いホテルで旅の疲れをいやしました。翌日早朝より体育館でハワイの選手と合流し、両国2名ずつの4名の3Wの団体戦でハワイの人とペアを組むのが条件でリーグ戦が始まりました。

言葉が通じないところはジェスチャーで互いに励まし、ハワイの選手のパワー、技術に感心しながら思う存分プレー出来素晴らしい大会となりました。各コートで写真をとり合い握手をかわし、お互いを讃え、親善に務めました。大会のあと交流パーティーが開かれハワイの人達の心のこもったもてなしを受け、歌や踊りも出て卓球の情報交換や雑談などして楽しい一刻を過ごしました。プ



レゼント交換でいただいた、そろいのTシャツを着て写真をとり、再会の約束をしながら次の目的地であるサンフランシスコへ旅立ち、三日目からはラスベガス、グランドキャニオンなどの視察研修等で親睦を深めました。5月20日、7日間の友情と感動を一杯に、無事成田に降りたちました。



ターゲット・バードゴルフ協会

タイと国際交流

7月2日・3日の二日間、タイ国政府観光庁チエンマイ所長・チエンマイ副市長の歓迎を受け「日タイ交流チエンマイ大会」を盛大に行いました。

当協会32名とタイ側35名で個人戦と両国混合ダブルスによる熱戦を繰り広げ、最終日の夜は、懇親会となごやかな六日間の国際交流が行われました。

神奈川県レクリエーション協会 加盟種目団体・国際交流盛ん!

スポーツチャンバラ世界選手権大会が、さる、8月29日（日）東京夢の島で開催されました。

当日は、イタリア、オーストラリア、エジプト、ロシアなど、世界21ヶ国1,500人の老若男女が力と技を競い合いました。

スポーツチャンバラは横浜が発祥の地。地元神奈川県は活躍し多くの部門で優勝を果たしました。

スポーツチャンバラ

世界選手権大会開かれる!



協会活動報告 4月以降分

★16年度第一回総会開かれる

日時 平成16年6月5日(土)

午後2時30分～3時30分

場所 神奈川県立スポーツ会館

A会議室

議題 ・15年度 「事業報告」

・15年度 「収支決算報告」

いずれも、満場一致で可決承認されました。

・その他緊急動議案1件は

絶対多数により否決されました。

★第一回理事会

日時 平成16年5月15日(土)

午後3時～5時

場所 神奈川県立スポーツ会館

A会議室

議題 ・15年度 「事業報告」

・15年度 「収支決算報告」

・監査報告

・平成12年度広報委員会の件について

・平成16年度事業運営について

・設立50周年事業について

・新理事の承認について

★16年度第一回委員長会議

日時 平成16年4月16日(金)

午後6時30分～8時30分

場所 かながわ県民活動サポート

センター 712号室

議題 ・新委員紹介

・16年度活動の進め方

・アドバイザーから意見・

助言

・50周年記念事業について

・その他

★第二回委員長会議

日時 平成16年7月15日(木)

午後6時30分～8時30分

場所 かながわ県民活動サポート

センター 701号室

議題 ・各委員会4～6月の活動

報告

・アドバイザーから意見・

助言

・7月～9月活動予定について

・その他

★平成16年度委員会委員委嘱式

並びに合同委員会

日時 平成16年5月13日(木)

午後6時30分～8時30分

場所 神奈川県立スポーツ会館

A会議室

一 委員委嘱式

二 合同委員会

・各委員会役割担当決め

・会計処理について

・その他

★16年度第一回加盟団体

事務局代表者会議

日時 平成16年6月19日(土)

午後3時～6時

場所 もみじ坂会館

★16年度第一回選考委員会

日時 平成16年6月22日(火)

午後6時30分～8時

場所 神奈川県立スポーツ会館

B会議室

★16年度第二回理事会

日時 平成16年9月25日(土)

午後3時～5時

場所 神奈川県立スポーツ会館

A会議室

これからの事業

★かながわスポーツレクリエーション大会(県央会場)

日時 平成16年10月11日(体育日)

場所 海老名総合運動公園

★第三回委員長会議

日時 平成16年10月20日(木)

午後6時30分～8時30分

★第二回加盟団体

事務局代表者会議

日時 平成16年11月20日(土)

★課程認定校事務担当・

教職員合同会議

日時 平成16年12月3日(金)



三ツ沢公園内に
彼岸花が咲き出し
ました。
例年はない猛暑
を皆さんはどのよ
うにすごしました
か。

私たちは冷房病にならないよ
う、仕事に頑張り毎日元気で乗
り切りました。

イベント等が近づきました
が、皆様方のご協力により一つ
一つ終わっていく事に感謝申し
上げます。

これから、少しの間静かな
日々を過ごせます。

編集後記

記録づくめの夏にようや
く別れを告げ、
待っていた秋が訪れました。スポー
ツに、お出かけに、勉強に...活動
には最もよい季節がやってきまし
た。

「広報紙スコレ」では、これか
らも皆様に情報をお届けするため、
委員一同頑張っていきますので、応
援よろしくお願ひします。

北神 ひろ子

