

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

謹賀新年



NPO神奈川県レクリエーション協会
 理事長 若木 一美

「あなたが生涯接触できる人は何千人か何万人、世界には何千万人という困った人や病気で亡くなりそうな人がいる。その事をどうお考えですか?」とマザーテレサに記者が尋ねました。マザーは「そのとおりです、私が救う事ができる人は大きな海のひとしずくですが、この小さなひとしずくが集まってはじめて大きな海が

できるのです。私は1対1というやり方を信じています。なぜなら愛は1対1でなければ伝わらないからです」と答えました。

私達の活動もさまざまな環境にある多くの県民と接しています。一人ひとりの働きが社会の課題に応え、レクの願いを伝え、地域社会から必要不可欠な存在になるよう今年も歩み続けたいと思います。

祝 平成22年度 各種表彰受賞のみなさん 祝 おめでとう

文部科学大臣表彰 生涯スポーツ功労者表彰 受賞



神奈川県レクリエーション協会 理事
 神奈川県インディアカ協会 会長
 長谷川 忠信

10月8日(金)永年のレクリエーション活動に尽力された功績が認められ、文部科学大臣より表彰されました。

財団法人日本レクリエーション協会表彰 レクリエーション運動普及振興功労者表彰 受賞



(写真左から)
 社横浜市レクリエーション協会 井上 正昭
 神奈川県レクリエーション協会 副理事長
 神奈川県ターゲット・バードゴルフ協会 会長 笹野 隆
 神奈川県レクリエーションサポート協会 別府 和子

11月6日(土)第64回全国レクリエーション大会in静岡 総合開会式においてそれぞれ表彰されました。

内閣府特命担当大臣表彰 エイジレス章表彰 受賞



神奈川県レクリエーション協会 参与
 生涯スポーツ文化研究所 主宰
 波多野 良子

ご主人の勇造さんと

10月7日(木)内閣府の提唱する、エイジレスライフ実践の模範として内閣府特命大臣より表彰されました。

《エイジレス章》

高齢社会対策大綱(H13年12月閣議決定)に基づき、国民一人ひとりが年齢にとらわれることなく、自らの責任と能力において自由で生き生きとした生活を送るエイジレス・ライフと社会参加活動の実践者を讃えるもの。



出前イベント

南足柄市スポーツフェスティバル

昨年の10月11日南足柄市体育センターにおいて、足柄市スポーツフェスティバルが開催された。

真夏を思わせる晴天に恵まれ、幼児から高齢の方々の参加で、熱気に包まれ、汗と歓声が溢れていた。

神奈川県レクからは、チャレンジ・ザ・ゲーム、ティーボール、スポーツチャンバラ、スポーツ吹矢が参加し、子ども達の人気を集めていた。



遠くには富士山が見え、空気もおいしい！
近くには清流も流れ、自然の宝庫である。



佐藤会長も腕まくりで参加！

重いなあ！キンボール



おみごと！

ナイススイング!!



大当たり



いち・に一さん

それ！



よいしょ！



足柄のどんぐり



ザ・団体ネットワーク (地域・種目・領域)⑩

県レク協会加盟48団体にスポットをあて、「ザ・団体」シリーズでゲンキ活動をご紹介します。

綾瀬市レクリエーション協会



会長 吉川 君代

当協会は、昭和48年に地域の交流と、楽しい踊りを目標に発足。当時は、まだ若い家庭婦人のため、隣近所に気兼ねをしながら出かけたことが懐かしい今日この頃です。現在は年間行事も多く、市レク民謡発表会、市スポーツ大会アトラクション、文化祭、いきいき祭り等、また綾瀬市は千葉県柏市との友好都市交流事業に参加し、柏踊りを踊りました。月1回の会員練習には、「生涯元気に踊りましょう」を合言葉に、笑顔で楽しみながら忙しい1年を過ごしております。



大磯町レクリエーション協会



会長 小清水 芳江

大磯町レクリエーション協会は、民謡部のみの小さな団体ですが、本年4月に創立30周年を迎え、式典・祝賀会を催しました。

活動は毎月の練習会、お楽しみ勉強会、新年会を開催。又、施設への慰問の盆踊りや、民謡の伝承を願って子ども会での講習。町内の盆踊りやチャレンジフェスティバルではステージで民謡を披露し、花を添えました。



神奈川県ラウンドダンス連絡協議会



会長 酒井 剛

ラウンドダンスは、ほとんどが社交ダンスのステップを使って振付けられたダンスです。10人でも50人でも、フォークダンスや盆踊りのように、みんなが輪になって踊ります。県内で16団体が加盟して研修会、講習会、パーティー等、活動しております。ぜひ一度のぞいてみて下さい。人生が楽しくなります。



神奈川県バドルテニス協会



支部長 碓井 進

バドルテニスとは？全天候板張りの体育館で、ナダルにもクルム伊達にもなれるミニテニスです。コートの大きさはテニスコートの約半分。ボールは硬式テニスボールを少し軟らかくしたものです。

ラケットは50cm弱の板状のもの「バドル」といいます。年齢性別を問わずそれぞれの体力と運動能力に合わせて1年中楽しめる競技です。全国大会、関東大会、オープン大会と参加は自由です。興味のある方は協会までお問合せ下さい。



希望を
求めて

てくてくてくてく 散歩

小さな町の小さな公園めぐり

～希望が丘～
(相鉄沿線の小さな旅)

希望が丘駅に降りると、いきなり急な上り坂。ちょっとキツイな！というところで丘に登りきる。桜並木のキレイな小学校の前を過ぎると地区センターがある。この地区センターのエントリーホールには、子ども達がいっぱい。地域の子供達が集まることの出来る場所があるということは、平和で治安の良さを感じる。



しばらく行くと、「水の森公園」の看板が見えてきた。狭い階段を下りると、ぐるりと高木に囲まれた広場がある。その先を散策すると水草に覆われた池にでた。湧き水が豊富で、相鉄線に沿って横浜駅から横浜港に流れ込む典型的な都市河川の帷子(かたびら)川の源流の一つがこの「水の森公園」の湧水だとのこと。こんな住宅街の一角の公園に湧水がみられるなんて、びっくり！残念ながら、水が湧き出ているところは見ることができなかったが、しばしの森林浴を楽しめた。

更に、住宅街の庭をながめながら歩くと、県立希望が丘高校の正門にでた。歴史ある高校らしく緑に囲まれ落ち着いた雰囲気、夢と希望を持った若者を育むには最適の環境だ。

小さな公園めぐりを楽しんで駅に向かって歩いていくと、商店街の小さなお店の薄暗いショーウィンドーに「シフォンケーキ」の文字が！「明日までに召し上がってくださいね。」と声をかけて



くださったお店のご主人に見送られ、シフォンケーキの袋をぶら下げて家路についた。予定外の場所で思わぬ発見！これぞ、てくてく散歩の醍醐味だ。

今は、駅を中心に商店街が続く、丘の上に住宅街が続く小さな町だが、その昔は山林だったのかな？と思わせる希望の丘であった。

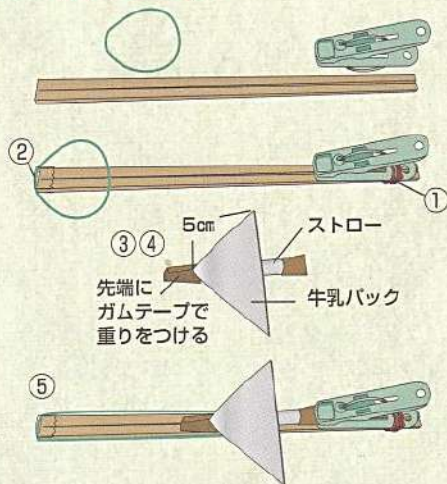


エコクラフト 紙ヒコーキの発射台を作ろう!

《材料》 割り箸・洗たくバサミ・輪ゴム・ストロー
牛乳パック・セロハンテープ

(作り方)

- ① 割り箸の先端に(細い方)洗たくバサミをはさみ、輪ゴムで止める
- ② 割り箸の太い方に輪ゴムをセロテープで止める
- ③ 1辺が5センチの直角二等辺三角形を牛乳パックでつくる
- ④ ストローを軸にして③の三角形をセロテープでつける(ヒコーキ)
- ⑤ 右の写真のように、ヒコーキの羽に輪ゴムをかけて、洗たくバサミをあけるとヒコーキが飛ぶ



エコクッキング ～おせち料理を活用～

うさぎめ蒸し寿司

(材料) 4人分

- ・米…2カップ (又は冷ご飯4杯)
- ・合わせ酢
- 酢…大さじ3、砂糖…大さじ3、塩…小さじ1/2
- ・おせちの煮物 (各適量)
- 干しいたけ、にんじん、こんにゃく、たけのこ
- ・だて巻き…4切れ
- ・かまぼこ…4切れ

(作り方)

- ① 米はいつもより少し水を控えめに炊く
(冷ご飯の場合は電子レンジで温める)
- ② 合わせ酢の材料をよく混ぜ、炊き上がったご飯に混ぜずし飯を作る
- ③ おせちの煮物とだて巻きを細かく切る
- ④ すし飯に③の細かく切った煮物を混ぜる
- ⑤ 器に④を盛り、上にだて巻き、うさぎ型に切ったかまぼこを飾る
- ⑥ 蒸し鍋で⑤を温まるまで蒸す
(約10分) (電子レンジでもよい)
- ⑦ 蒸し上がったら、さやえんどう等の青物を散らす



《うさぎ型かまぼこの切り方》

かまぼこの赤い所だけ先を少し残して切り折りまげる。目は黒ゴマを使用。

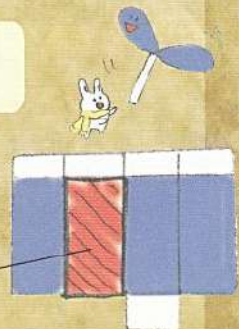
エコクラフト

牛乳パックで簡単・たけとんぼ

《材料》 牛乳パック・ストロー
ハサミ・ホチキス

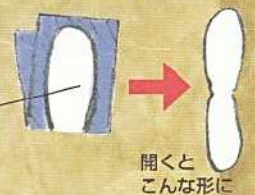
- ① 牛乳パックを切り開き図の部分を取りとる
(側面ならどこでも可)

ここを使う



- ② 縦半分に折りプロペラの形に切る

長さいっぱいにするのがおすすめです



開くとこんな形に

- ③ ストローに切り込みを入れホチキスでプロペラを固定する



しっかりとめる

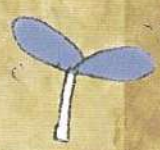
- ④ 利き手の方へ斜めに折り目をつけたら



右利き用
(右を高く折る)



左利き用
(左を高く折る)



…できあがり!!

あそび心で楽しむ塾

一日に2度楽しめる講習会

地域・職場レクリエーション支援者の応援シリーズとして、どなたでも参加出来ます

日時：平成23年1月22日(土)

参加費：1,000円(午前のみ 800円 午後のみ 500円)

会場：大和市保健福祉センター(小田急線「鶴間」駅下車 徒歩5分)

午前 10時～12時 4階 視聴覚室

おもてなしを再認識し、合理的な欧米のおもてなしも体験できる【おもてなしの心を学ぶ】講座です。

講師 藤井 美津子氏
(アトリエアメリカンクラフト主宰)主催 神奈川県レクリエーションサポート協会
共催 NPO法人 神奈川県レクリエーション協会

午後 13時15分～16時 3階 集会室

自分だけのぞうりを作り、そのぞうりを履いて「心と身体のコラボレーション」を体感する【裂き布ぞうり作り】講座です。

講師 郡司 みさ子氏ほか
(大和るんるんクラブぞうり部長)主催 大和るんるんクラブ
共催 神奈川県レクリエーションサポート協会

☆申し込み締め切り 平成23年1月20日(木) 募集人員：先着40名

☆申し込み・問い合わせ先

神奈川県レクリエーションサポート協会 橘高(キッタカ) TEL&FAX 0466-35-4179

レポート私の思うこと①

福祉現場でのレクリエーションの現状

私は主に福祉領域でのレク・ワーカーを仕事としてフリーで活動しています。

最近では認知症予防の講演依頼が増え、「もの忘れ対策」「脳の活性化」を講じる機会がありますが、その中で感じる事は、趣味や外出を大切にしている方ほど脳の元気度は高いようです。一日誰とも話すことのない日が無いように、コミュニケーション不足をリクリエイトしていく支援の必要性を痛感しています。

杉浦 史晃

(福祉レク・ワーカー/レク・コーディネーター)
神奈川県レクリエーション協会理事

今後の予定

☆専門委員会連絡会議

日時 平成23年1月18日(火)

場所 レブラザ

☆ニュースポーツ指導者セミナー①②

(キンボール・スポーツ吹矢・

フライングディスク・ドッチビー)

①日時 平成23年2月19日(土)

会場 大井町総合体育館(大井町)

②日時 平成23年3月13日(日)

会場 横須賀市北体育館(横須賀市)

☆選考委員会

日時 平成23年2月25日(金)

場所 未定

☆理事会

日時 平成23年3月5日(土)

場所 県立スポーツ会館

☆総会

日時 平成23年3月19日(土)

場所 県立スポーツ会館

☆日本レクリエーション協会公認資格者連携会議

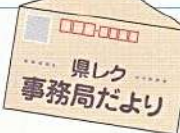
日時 平成23年3月19日(土)

場所 県立スポーツ会館

☆チャレンジ・ザ・ゲーム普及審判員等養成講習会

日時 平成23年3月27日(日)

場所 県立スポーツ会館



今年、父親の亡くなった歳と同じになる。母親のそれにはあと十年ちよつと。呆けたことの数々で年々過ぎしてきたがこれでよいのかな。少し怖ろしくなる。よし、余生、己の楽しみを深めよう。と……まつ、よいか。(と)

編集後記

明けましておめでとございます。今年はずき年。うさぎのようにピョンピョン跳ねて美しい所。人々が集まる所などいろいろな所に行つて、読んでくださる人々のために頑張りたいと思います。今年も広報をよろしくお願い致します。

浅葉 浩男

お詫びとお知らせ

81号1ページに掲載の修了証は日本レク協会で制定された制度ですが当協会での運用については現在検討中です。決定次第お知らせいたします。また、フォローアップ研修会(2月12日(土))は都合により中止になりました。お詫び申し上げます。