

スコレ

発行日 平成23年12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
 F A X (045)320-0640
<http://www.kanagawa-rec.or.jp/>

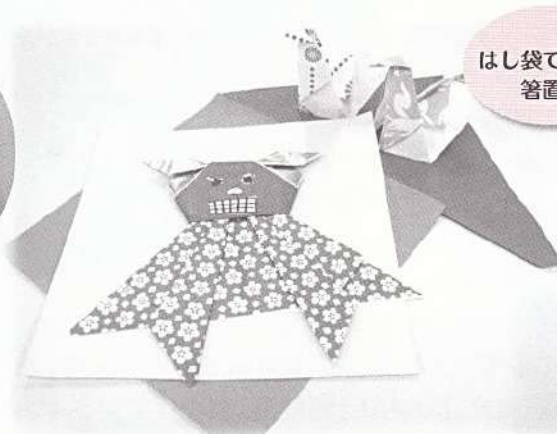
やってよかったしく活動 学んでよかったしく運動 もってよかったこの仲間

もう♪いーくつ♪#ねると〜♪ 2012年がやってくるー

色いろアートに挑戦しよう！造って！遊んで！笑って！食べて！
 そして、トイレでもアートに挑戦！



千代紙で作った
ぼち袋



はし袋で作った
箸置き



トイレットペーパーで
ハートと富士山を
作ってみました。

Toiletorigami©2009-2011Orist/
stormbuzz.11c.All Right Reserved.

ししまい

① 顔
表が出るように
三角にある

②
下から10cmほど
切る

③
中心に折り合わせる

④
このまにふいて
両角から糸状になる

⑤
下から1枚を半分に
折り上げる

⑥
うら返しに両角を
閉鎖にかぶる

⑦
下から折り上げて
顔をみる

⑧
表に返し用紙の
裏の紙を折り

⑨
ししまいから
1.5倍の大きさにして
中心に折り合わせる

⑩
まん中を
折り込む

⑪
裏から山折り
谷折りの折り線をつける

⑫
折り目と折り
目をつける

⑬
上の両端を中心に
切る

完成
顔と足、目をつける

箸袋を利用した箸置きやぼち袋の折り方は
県レクまでお問い合わせください。トイレットペーパーは
<http://toiletorigami.com/orikata> をご利用ください。

ヘルシーな「おから」を使って

おからは、大豆から豆腐を作るときに出るしぼりかすです。大豆は優れたたんぱく質を豊富に含み昔から「畑の肉」と言われています。大豆タンパクは血液をさらさらにする働きもあり生活習慣病の予防にも効果があります。植物繊維たっぷり栄養バランスの優れたおからを使って、とっておきのサラダをご紹介します。

「ホワイトサラダ(おからサラダ)」

【材料】4人分

おから 200g
 牛乳 150cc
 マヨネーズ 大さじ5
 マスタード 大さじ1
 塩・こしょう 少々
 にんじん 1/3
 きゅうり 1/2
 ハム 4枚
 たまねぎ 1/4

【作り方】

- ① おからを耐熱皿に広げ電子レンジで2分加熱。
- ② ①のおからが冷めたら牛乳を加え混ぜる。
- ③ にんじん、きゅうり、ハム、たまねぎを千切りにする。たまねぎは水にさらして、水気を切る。
- ④ ②のおからに③を加え、マヨネーズ、マスタードであえる。最後に塩、こしょうで味を整える。



事業
あれもこれも
VTR

生涯スポーツ
普及支援事業

H23.2
於：大井町総合体育館



フォローUP 研修会

H23.8
於：県立体育センター



全国レク大会

H23.9 於：滋賀県
(公財)日レク協会表彰の3氏
左から 並木さん、橋高さん、
小島さん



かながわスポ・レク大会

H23.10
於：県立体育センター



全国スポ・レク祭

H23.11 於：栃木県



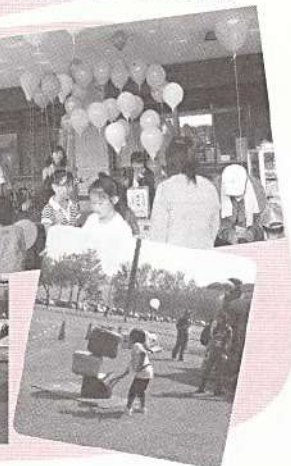
おやこ元気 UP

H23.10
於：平沼記念体育館



出前イベント

H23.10
於：愛川町



平成23年12月1日

神奈川県レクリエーション協会所属
日本レクリエーション協会公認資格者各位

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 佐藤 誠治

平成24～25年度専門委員会委員の公募について（お知らせ）

～楽しい委員会活動をとおしてレクの輪を広げませんか～

今回、平成24～25年度専門委員会の委員を公募いたします。下記の「専門委員会の構成と役割等について」の参考資料をご一読いただき、公認資格者の皆様の積極的な参加をお待ちしています。応募を希望される方は、事務局にご連絡ください。公募のお知らせ及び応募用紙をお送り致します。

また、公募のお知らせ及び応募用紙は、県レク協会ホームページに掲載しています。「応募用紙」をダウンロードし、必要事項を記入のうえ、3月9日（金）までに、県レク事務局宛に郵送（FAX可）してください。

なお、ご希望を優先いたしますが、各委員会の人数等によりご希望に添えない場合はご了承願います。

【申し込み・問合せ先】

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
〒221-0855 横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1 県立スポーツ会館内
電話 045-320-2430 FAX 045-320-0640

参考資料 専門委員会の構成と役割等について

1 専門委員会の構成及び募集人数

専門委員会は、次の委員をもって構成し、会長が委嘱する。

(1) 県レク協会理事若干名 (2) 県レク協会会長推薦による者若干名 (3) 県レク協会に所属する日レク公認資格者から公募による者若干名

2 専門委員会の任期

専門委員の任期は2年とする。ただし再任を妨げない。

3 専門委員会の主な役割

委員会名	主 な 役 割	22-23年度委員構成
総務・企画	組織の育成・強化及びレクリエーション団体との連携に関すること 1 財務、組織に関すること。2 理事会、総会に関すること 3 地域協会、種目団体の組織支援に関すること。4 関係団体・機関との連携に関すること 5 レクリエーション「友の会」に関すること。	4名
事業	主催・依頼事業等に関すること 1 事業の開発やイベント相談等に関すること。2 受託事業の企画・支援に関すること。3 かながわスポーツ・レクリエーション大会に関すること。4 生涯スポーツ等の普及に関すること。5 (公財)日本レクリエーション協会及び助成団体からの受託事業に関すること 6 その他、事業に関すること。	7名
指導者養成	指導者の養成及び研修に関すること 1 県レクリエーション・インストラクター養成講習会等指導者の養成並びに企画・運営に関すること。2 有資格者のフォローアップ研修会に関すること。3 プログラム開発に関すること。4 その他、指導に関すること。	10名
広報	情報提供及び啓発活動に関すること 1 協会の事業内容の広報に関すること。2 広報紙「スコレ」の発行に関すること。3 レクリエーションの調査研究に関すること。4 本協会のホームページに関すること。5 その他、広報に関すること。	8名

4 専門委員会の活動について

- (1) 委員に委嘱された年度当初に各委員会の目標とその手だてを作成し活動を進める。
- (2) 各委員会は、2年間で取り組んだ成果や課題・改善策等について報告書を作成する。
- (3) 各委員会活動の報告書は、理事会に報告する。〔1年目は中間報告〕
- (4) 委員会活動を推進するため、活動に必要な支援を講ずる。〔交通費等の実費支給〕
- (5) 各専門委員会の開催は、各委員会計画により随時実施する。

※昨年度の4委員会の開催状況・・・3委員会（年4～6回）、1委員会（年6～10回）

平成24年 月 日

神奈川県レクリエーション協会専門委員会 応募用紙

(ふりがな)	
氏 名	男 ・ 女
住 所 〒	-
電 話 ()	-
F A X ()	-
E-mail	
横浜駅までの交通費(往復)	円
備 考(所属している団体がある場合は記入してください。)	
希望される委員会名(□の箇所を黒のボールペン等で塗りつぶしてください)	
<input type="checkbox"/> どの委員会でもよい。	
<input type="checkbox"/> 次の委員会を希望します。	
第一希望【 <input type="checkbox"/> 総務・企画 <input type="checkbox"/> 事業 <input type="checkbox"/> 指導者養成 <input type="checkbox"/> 広報 】委員会	
第二希望【 <input type="checkbox"/> 総務・企画 <input type="checkbox"/> 事業 <input type="checkbox"/> 指導者養成 <input type="checkbox"/> 広報 】委員会	
応募の動機を簡潔に記載してください。	

※ 平成24年3月9日(金)までに、御提出をお願いします。

※ この応募用紙は、委員応募のためにのみ使用し、他の目的には使用しません。

てくてく散歩

可愛い秋見つけた 横浜市「寺家ふるさと村」

田園都市線青葉台駅からバスに乗り、「寺家ふるさと村」で下車。

周囲には、田園風景がならび、稲刈りを終えたわらが干してあった。このあたり一面が「寺家ふるさと村」とのことで、あまりの広さにビックリ！



まずは、四季の家を訪ね、ガイドブックと地図を手に入れた。四季の家からふるさとの森をテクテク……しばらく歩くと釣りを楽しむことができる「熊の池」にでる。このあたりは、農業用のため池が多く、大池・むじな池・新池などがある。遊歩道に沿って歩くと所々に案内板があり、迷うことなく森林浴を楽しむことができる。急な坂道もなく、のんびりと歩くことが出来た。雑木林や田んぼの小道を歩いていると「アザミ」「ツユクサ」などのポピュラーなものからピンクの衣装をまとった寄生植物の「ナンバンギセル」も見ることができた。小さいけれど力強く生きている雑草に元気をもらい、自然の豊かさに心を癒された。



ふるさとの森

「ふるさと村」は都心から近いこともあって、絵画・陶芸・木工・ガラス・服飾などの作家さんのアトリエが多いそうだ。年1回10月の初旬に「寺家回廊」を開催しているとの事。来年は見学したいものだ。



ナンバンギセル

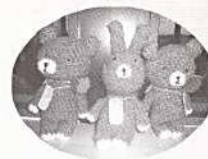
今回は、寺家のアートの拠点「JIKE STUDIO」におじゃまし、和紙や布をキャンパスに見立てフェルトで描くという素敵なショールや帽子を見ることができた。「JIKE STUDIO」はカフェが併設されているギャラリー



JIKE STUDIO入り口

だ。新しいモノや空間とつくるだけでなく、今存在している建物や部材、空間をていねいに見直して次に伝えていくことをコンセプトにして建てられている。

日常を忘れ、里山の静けさと自然に癒され、芸術にも触れることが出来た心温まる一日だった。



カフェ内のカウンターからの風景とアートたち



ラダーゲッターとは…

ヒモでつながっている2個のボールをラダー（ハシゴ）に向かって投げ、ボールがラダーに引っかかるとポイントとなる、あらゆる年齢層で楽しめるニュースポーツです。

締め切

1月10日（火）必着

Fax 045-3200-0640

☎ 045-3200-2430

横浜市神奈川区三ツ沢西町3-1

〒221-0855

神奈川県レクリエーション協会

〒221-0855

郵送にて申し込みください

③電話番号を記入の上Faxまたは

①名前 ②住所

③電話番号を記入の上Faxまたは

参加費 1,000円（当日徴収します）

持ち物 体育館履き&運動の出来る服装

申込み

講師

（公財）日本レクリエーション協会

鈴木三彦氏

定員

先着30名

会場

相模原市城山公民館体育室

日時

平成24年1月15日（日）13時30分から

3世代交流型ニュースポーツ

ラダーゲッター

普及員養成講習会

講習会のご案内

事務局からのおねがい

「レクリエーションカタログ」商品の注文に関して…

ご注文は所定の用紙（HP上に掲載）にご記入いただき FAX又は郵送でお受けいたしております。日レクへの注文からお届けまではお時間がかかります。ご注文の際は余裕を持ってお申し込み下さい。

※お急ぎの場合は、注文書をFAX又は郵送後、県レク協会までお電話をお願いいたします。

- ★公認指導者フォロー&スキルアップ研修**
日時 8月27日(土)
場所 県立体育センター
- ★第65回全国レクリエーション大会**
日時 9月23日(金)～25日(日)
場所 滋賀県
- ★理事会**
日時 10月1日(土)
場所 県立スポーツ会館
- ★おやこ元気UP事業**
(文部科学省受託事業)
日時 10月10日(月・祝)
場所 平沼記念体育館
- ★かながわスポーツ・レクリエーション大会**
日時 10月23日(日)
場所 県立体育センター
- ★第24回全国スポーツ・レクリエーション祭**
日時 11月5日(土)～8日(火)
場所 栃木県

協会活動報告

「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、皆さま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

1. レクリエーション情報誌「スコレ」を年間3回お届けします。
2. 各種イベントに無料で参加できる「体験無料券」をお届けします。
3. 「会員バッヂ(胸章)」をお届けします。
4. レクリエーション用具等が10%割引価格で購入できます。

詳しくは、「友の会」事務局にお問い合わせください。
NPO神奈川県レクリエーション協会 ☎045-320-2430

事務局からのお知らせ

毎週火～金曜日 10時～17時



アドレス

<http://www.kanagawa-rec.or.jp/m-kenrec/m-index.html>
(携帯電話からもアクセスできます)

レポート私の思い…④

記憶力低下を遅くする作業の一つとして実際に思いだせなくても、思いだそうと「んー」と頭をひねることが記憶力低下を防ぎます。それを実感できたら計算することさえがゲームになります。

2～3人組になって、前の人の言った数字に「1」「2」「3」「7」を足して言っていく。同様に、今度は100から引いていくのです。引き算になると、もの忘れ度の高い人には難易度が上がりますが、こんな簡単なこともできなくなってしまう！と感じさせないようにすることが大切でしょう。

挑戦しようとする気持ちがあることで来ていることこそ問題です！とお話しして、意欲を引き出しましょう。

今後の予定

- ☆神奈川県レクリエーション協会**
功労者表彰・新春の集い
日時 平成24年1月28日(土)
場所 横浜崎陽軒本店
- ☆公認指導者フォロー&スキルアップ研修**
日時 平成24年2月25日(土)
場所 会場等調整中
- ☆理事会**
日時 平成24年3月3日(土)
場所 県立スポーツ会館
- ☆総会**
日時 平成24年3月17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24年3月25日(日)
場所 県立スポーツ会館

県レク事務局だより

以前、広報委員長の笹野さんに片づけていただいた県レクの倉庫。またしてもカビや荷物が増えたことで、整理が必要になって居りました。

今回は事業委員会の吉川さん、田村さんのご尽力でピカピカに！ご協力をいただきました関係者の皆さまありがとうございます。
富塚

編集後記

東日本大震災や集中豪雨に台風と、今年は自然の脅威を感じた年でした。そんな中で、サッカー「なでしこジャパン」の活躍は、私たちに勇気を与えてくれるものになりました。来年のロンドン五輪での更なる飛躍が期待されています。

広報誌「スコレ」では、読者の皆さまのお役に立つ情報誌となることを目標に、委員一同前進あるのみ。これからも、応援よろしくお願ひします。
北神ひろ子

