



スポーツくじ



私たちもスポーツ振興くじ
助成を受けています。

VOL.39 2016.12.1発行

じょいなす

平成28年度レクリエーション・インストラクター養成講習会 「レクリエーション学縁」講評開催中！

第2回目

「レクリエーション・ゲーム基礎講座」

平成28年10月2日(日) 大田市 大田老人福祉センター 4階 会議・軽運動室 参加者16名



今年度のレクリエーション学縁第2講となる「レクリエーション・ゲーム基礎講座」を、10月2日に大田老人福祉センターで開催しました。当日は16名の方に参加していただき、アイスブレーキングの方法や道具や材料を使ったゲームの実習を中心に楽しく研修していただきました。

講座は、まず、奥村美香さん（レク・インストラクター）の指導のもと、参加者同士がうち解けて、楽しく活動するゲームプログラムの実際を体験して、プログラムの立て方を学びました。続いて、木村真介さん（レク・コーディネーター）からアイスブレーキングの活用方法について講義を受け、参加者自身が実際にゲーム指導を体験する演習を行いました。

午後は、流水真理子さん（レク・インストラクター）の指導による、幼児を対象としたゲームの進め方と、歌遊びや手遊びの体験に続いて、服部裕子さん（レク・インストラクター）から音楽に合わせて体を動かす活動を教えていただきました。特に椅子に座ってタオルを持って行う活動は、さまざまな対象の方に楽しんでいただける内容でしたので、「早速実践してみたい」との感想が聞かれました。

最後は、木村真介さんにチームで協力して楽しむ人間関係づくりのゲームを教えていただき、参加者の皆さんの歓声が会場に響いていました。



第3回目

「関係力を磨くコミュニケーション・ワーク基礎講座」

平成28年10月30日(日) 浜田市 いわみーる 3階 視聴覚室 参加者13名

第3講の「関係力を磨くコミュニケーション・ワーク基礎講座」は、10月30日に浜田市のいわみーるで開催しました。参加者は13名。午前はホスピタリティ・ワークを、午後はグループワーク・トレーニングの演習を中心に行っていただきました。

ホスピタリティ・ワークでは、木村真介さんの指導のもと、相手と息を合わせて楽しむゲームや、話し方・聴き方のトレーニングなどを体験しました。

グループワーク・トレーニングでは、奥村美香さんと木村真介さんの指導のもと、はじめにメンバーが協力して情報カードを手がかりに答えを導き出す「ももちゃんの運動会」に挑戦しましたが、どのチームも制限時間内に答えを出すことができず、苦戦しました。

続いて体験した「価値の序列」では、メンバー個々の異なる価値観を理解した上で、グループの意見をまとめ合意形成のワークを行いました。どのグループも、「健康が一番！」 「いや愛が大事！」と真剣に議論していました。グループで結論を出すところは難しかったようですが、自分の意見をきちんと主張することや、他人の考えを真剣に聞くことの大切さを実感されたようです。

頭と心をいっぱい使って疲れたという声もありましたが、職場や家庭での人との関わり方を見直す良い機会になりました。学んだことや気づいたことを日々の生活で活かすことが大切ですね。

今年度の講習は、平成29年2月18日(土)、2月19日(日)、3月5日(日)に、「レクリエーションの理論を学ぶ研修」を予定しています。詳しくは、事務局までお問い合わせください。

第28回 島根県スポーツ・レクリエーション祭

しまねレクリエーションフェスティバル浜田会場も盛況

(公財)島根県体育協会、(公財)島根県障害者スポーツ協会、島根県教育庁保健体育課、島根県障がい福祉課と連携して実施しています「しまねレクリエーションフェスティバル」は、8月20日の松江会場に続いて、10月16日(日)に県立体育館(浜田市黒川町)でも開催し、約150名の方に参加していただきました。



このほかにも、卓球マシーン、ボッチャ、身体チェックコーナー等を実施しました。

養護学校の生徒がスポーツ吹矢に挑戦！

島根県立松江清心養護学校 山根育子

元々スポーツが好きな生徒達。夏休み前にしまねレクリエーションフェスティバルのチラシを見せると、「行きたい！」と弾んだ声が聞こえてきました。当日、生徒の参加は難しかったのですが、私は、会場で車いすの生徒にもできそうな、スポーツ吹矢を見つけました。

2学期、生徒達は、学校行事のステージ発表に向けて、「吹矢を取り入れた劇を発表したい」と話し合っていました。そこで、島根県レクリエーション協会に電話をしたところ、担当の方が島根県スポーツ吹矢協会の事務局も担当されており、指導に来ていただけることになりました。

事前に生徒の様子等の打ち合わせをし、用具も準備していただき、スポーツ吹矢呼吸法等も教わりながら、生徒は夢中での的を狙っていました。グリップや三脚などの補助具を工夫してくださり、どの生徒も自分で的を狙うことができました。最初は矢が飛ばなかった生徒も、勢いよく息を吹き込めるようになり、パシッ！と気持ちよく的に命中。更に高得点を出したいという、やる気に満ちた表情でした。

練習を重ね、10月末に行われたステージ発表は大成功！今は、どの生徒も「大会にも出てみたい」と言っています。生涯スポーツとして、長く親しんでいける競技の1つだと、スポーツ吹矢の可能性を感じています。このようなスポーツを体験できる機会をつくってくださった協会の皆さんに感謝しています。



地域のイベントを応援

サンレイクフェスティバル

10月16日（日）は恒例のサンレイクフェスティバル。しかし、しまねレクリエーションフェスティバル浜田会場と重なったため参加団体が少なく、島根県スポーツ吹矢協会出雲ご縁支部の皆さんにご協力いただき、約100名の方にスポーツ吹矢を体験していただきました。

また、県レクのプラズマカーを貸出して、体育館内にコースを作り、ボランティアの学生さんで運営していただき、好評をいただきました。



こっころ10周年記念フェスタ

10月30日（日）、松江市のにびきメッセで開催された「こっころ10周年記念フェスタ」は、来場者約13000人。島根県レクリエーション協会とまつえレクリエーション協会で、こっころ遊園地コーナーに、ディスゲッター9、ラダーゲッター、プラズマカーを準備し、お手伝いさせていただき、たくさんのみなさんに楽しんでいただきました。

子ども達は何度も何度も列に並び直すほど気に入ってくれ、保護者の方は普段と違う遊びを通して子どもの成長を感じられた様子でした。



平成28年度 (公財)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」 受賞おめでとうございます。

長年にわたって、レクリエーション活動を支えていただいた功績により、平成28年9月23日（金）に、岐阜メモリアルセンターで、島根県レクリエーション協会副会長の小村一様が受賞されました。受賞された小村副会長にお話を伺いました。

日レク表彰受賞おめでとうございます。小村様が生涯スポーツに関わられたのは、どんなきっかけですか？

【小村様】

幼少の頃からのスポーツは、野球、プロレスで「観るもの」でした。そんな私が、昭和59年に旧平田市の平田体育館の夜間開放ラケットテニス教室に、家族に誘われて出かけたのが「スポーツすること」でした。

生涯スポーツの良さはなんだと思われますか？

【小村様】

ラケットテニス（今は全国組織を立ち上げようとしたポンジテニスと名称を変更しました）では、「30分もあればあなたも一流選手」を合言葉に、普及活動をしてきました。小学生から高齢者まで、誰でも楽しめることだと思います。

生涯スポーツを普及させていくために、今後どのような取り組みが必要と思われますか？

【小村様】

生涯スポーツは、「誰でも楽しめる」ことですが、広い会場が経費・スタッフの関係で、だんだんと使用できにくくなり狭い場所で、少人数でもゆっくりできること「どこでも」が必要だと思うようになりました。また、各種スポーツ団体で、意見交換をし、交流を深めて行くのが大事ではないかと思います。

ありがとうございました。小村副会長のご意見をお聞きし、2月に県レクの正会員の種目を紹介し意見交換をする交流会も計画しましたので、今後ともスポーツ・レクリエーション活動の普及振興にご尽力いただきますようお願いいたします。



功労者表彰を受賞される小村副会長

スポーツ・レクリエーション種目交流会 開催！

平成29年2月25日（土）13:00～18:30

島根県立青少年の家 サン・レイク（出雲市小境町1991-2）

近年、いろいろなスポーツが紹介や開発されてきましたが、いわゆるニュースポーツといわれる種目は「種目名」を聞いてもわかりにくく、言葉で種目の説明をしても種目のイメージがつかめないことがあります。

そこで今回、島根県レクリエーション協会が関係するスポーツ・レクリエーション団体の、それぞれ

の種目の理解と、体験を通した交流の場を計画しました。

4種目程度を1時間くらい体験をしてもらおうと考えています。参加はどなたでもできます。終了後希望者で懇親会も予定しています。

参加を希望される方、興味のある方は事務局までお問い合わせください。詳しい要項をお送りします。

時を繋いで45年 热き思いを輝く未来へ！ (公社)日本3B体操協会が盛大に創立45周年記念大会開催

(公社)日本3B体操協会島根県支部では、日本3B体操協会創立45周年記念全国大会の一環として、10月23日に松江市総合体育館メインアリーナで、山陰大会を開催されました。

この大会は、3B体操を通して誰にでもできる運動の機会と身体を動かす心地よさや楽しさを体感していただくとともに、会員が地区や支部に集合し日頃の練習の成果の発表や交流を行い、3B体操を通じて心と体の健康づくりと健康長寿の延伸につながる生涯スポーツの振興に寄与することを目的に開催されました。

予期せぬ鳥取県中部の地震により、鳥取県からは約60名の方が参加を断念されたようですが、「参加できなくなった人の分も頑張ろう」と島根県から約1200名、鳥取県から約300



名参加の子どもからシニアの方が楽しいひと時をご存じました。

来賓として出席した島根県レクリエーション協会の岡並会長も「鳥取の地震の影響で開催も思案されたようだが、役員の方のご努力で、開催にこぎつけられた。客席と一体となった種目を取り入れるなど、会場内は大変盛り上がって非常に良かった。地域のために今後ともますますご活躍されることを願っています」と述べました。

45周年を契機に、3B体操協会の皆さんますますのご活躍をお祈りいたします。



新会員紹介 島根県ウォーキング協会

こんにちは。この秋入会しました島根県ウォーキング協会です。1996年12月に発足し、日本ウォーキング協会に加盟しています。県内におけるウォーキングを普及促進するとともに、自然に親しみ、健康な心身の涵養を図り明るい社会の発展に寄与することを目的としています。

今、国において健康寿命の延伸を目的に「健康日本21」の国民運動が展開され、最も手軽な運動であるウォーキングの普及促進が提唱されています。全国各地で毎週のように大会が開催され、日常的に歩いている人の姿もよく見かけるようになりました。

県協会には、松江・出雲市・浜田市・大田市・雲南市・隠岐島前の各支部があり、それぞれの支部会

員が仲間同士で支え合い、日々ウォーキングに親しんでいます。また、大会運営にも「出雲国ツーデーウォーク」や「とって隠岐スリーデーウォーク」、「ぐるっと三瓶くにびきウォーク」をはじめ各支部所在地の大会に、地域の皆様と共に取り組んでいます。

健康づくりに、皆さんも手軽に取り組めるウォーキングと一緒にに行いませんか。

「完歩」「観歩」「感歩」を目指しましょう。

問い合わせ先

島根県ウォーキング協会 事務局 加納昂
(090-8718-3158)

指導者情報

日本レクリエーション協会公認指導者(延べ人数)

平成28年10月31日現在 島根県在住

レク・インストラクター	レク・コーディネーター	福祉レク・ワーカー	余暇開発士	計
575名	28名	38名	4名	645名

レクリエーション・インストラクター資格審査会

- 期日：平成29年3月4日（土）
- 会場：島根県立男女共同参画センターあすてらす（大田市）
- 受験対象者
受験申請時に満年齢18歳以上の方で、レクリエーション・インストラクター養成カリキュラムをすべて履修している者、または、レク資格失効後1年以上を経過した者。
- 受験申請手続き方法
レクリエーション・インストラクター資格審査希望者は、FAXまたは郵送（ハガキ可）またはE-mailで島根県レクリエーション協会へ申し込みをしてください。
- 受験料 1,000円
- 受験申請期間
平成28年12月1日（木）～平成29年2月15日（水）

賛助会員募集

島根県レクリエーション協会では、本県のレクリエーション活動の一層の充実を図るため、趣旨に賛同いただける賛助会員を募集しています。ご協力よろしくお願いいたします。

■会費年額 （※加入口数の制限はありません）

団体会員 一口：10,000円

個人会員 一口：2,000円

■納入先 ゆうちょ銀行：01380-4-73490

口座名義：島根県レクリエーション協会

何卒、趣旨をご理解いただき、ご支援を賜りますようよろしくお願いいたします。

ご意見をお寄せ下さい。

今年度3号目となる広報誌「じよいなすVol.39」を発行いたしました。この広報誌をご覧になっての感想・ご意見を、事務局あてに、郵送またはFAXまたはメールで送ってください。感想やご意見をいただきました方の中から、抽選で5名の方に粗品をプレゼントいたします。

応募締め切りは、平成29年1月31日必着でお願いします。

発行

島根県レクリエーション協会

〒690-0888 松江市北堀町15（島根県北堀町団体ビル）

TEL (0852) 21-7778 FAX (0852) 33-7246

E-mail : simarecj@vega.ocn.ne.jp http://www.shimane-rec.jp

発行日

平成28年12月1日 編集 総務企画委員会

編集・発行



スポーツくじ(toto・BIG)の収益は、日本のスポーツを育てるために使われています。

www.toto-growing.com ©19歳未満の方の購入又は譲り受けは法律で禁じられています。払戻金も受け取れません。運営・販売：独立行政法人日本スポーツ振興センター