創刊　平成6年10月1日

栃レク・ニュースレター

栃木県レクリエーション協会広報紙

世代を超えてレク大会開催！
～第45回栃木県レクリエーション大会～

平成24年10月6日、曇りがちであまり暑くはなくスポーツ日和となったこの日、栃木県総合運動公園で、「とちまるフェスタ」兼、第45回県レクリエーション大会が多くの人を集めて開催されました。昨年11月に開催された全国スポーツレクリエーション祭・スポレクエコとちぎ2011を絶やすことのないように、県民誰もが参加できる県版スポレク祭として、実行委員会を組織して実施したものです。

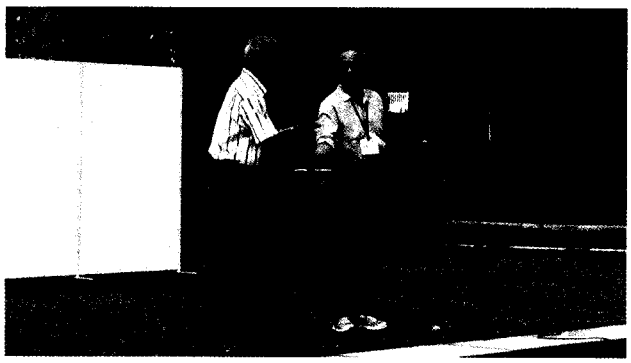
総合開会式では、知事代理で古澤利通県教育長が挨拶に立ち「より多くの県民の皆さまに参加していただき、世代を超えた交流を期待したい」と話されました。そのあと、スポレクキャラクターのとちまるくんが紹介され、全員でとちまるくん体操を行いました。その後、おなじみのＮＨＫテレビ・ラジオ体操指導者として活躍している西川佳克先生の指導で、参加者達は快い汗をかきました。

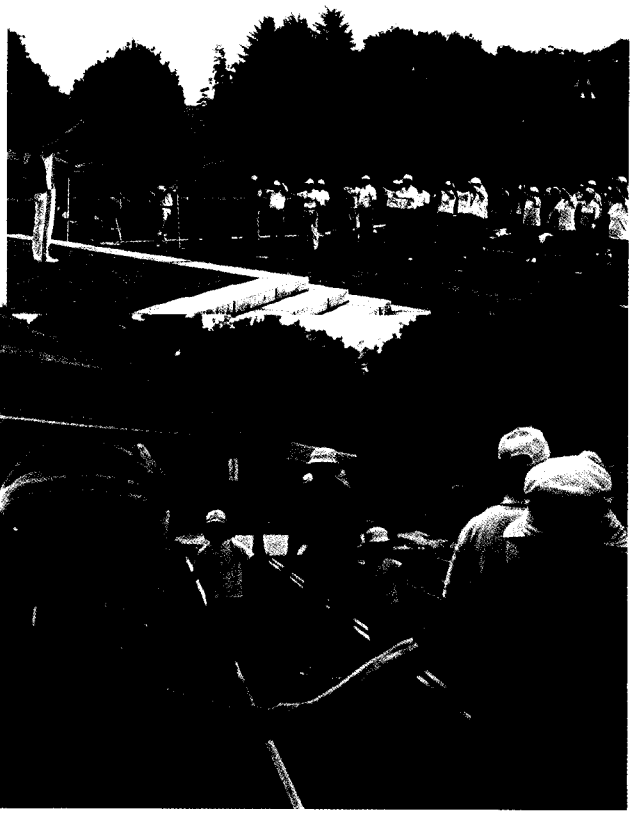
セレモニーの後、県レクリエーション協会石塚英彦会長より挨拶をもらい、席上、永年活躍された檜山達夫前会長に感謝の盾が贈られました。

その後は、陸上競技場内と給水塔広場をいっぱいに使ってふれあい体験種目として２５のニュースポーツやゲームなどのブースを開設し、８つ以上の体験者には牛乳パックで作った鉢植えの花が参加記念として渡されました。別れの集いでは、昨年同様、運営委員やスタッフが一緒に大きな輪になって「みんなともだち」というフォークダンスを踊り、大きな歓声が上がりました。

最後に全員で、陸上競技場内のゴミ拾いを行い、閉会しました。また来年会うことを約束して！

【事務局：高木 記】





ニューエルダー元気塾 ～今からできるカラダの手入れ、学べます～

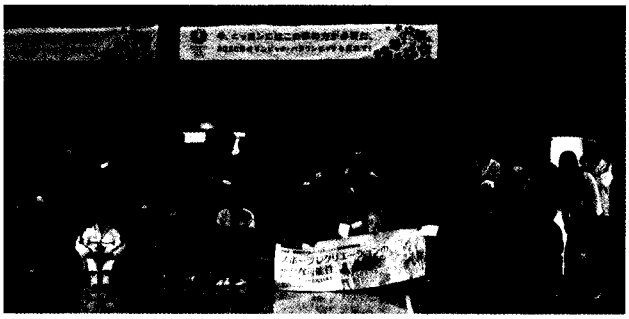
５０代後半から６０歳代７０歳代前半の方々が健康で生き生きと暮すことを目的とした、「ニューエルダー元気塾」が、10 月 21 日・11 月 11 日・12 月 2 日と 3 回にわたって開催されました。

各回ごとにテーマがあり、第 1 回目は、カラダ・体力再発見！、2 回目は、命を守り、運動・スポーツで元気アップ、3 回目は、楽しみ、仲間を見つけて元気アップをテーマに、加齢がもたらす身体の変化や救急救命法、元気をつくる食のあり方など、各部門、専門の講師が担当し、分かりやすく説明してくれました。

来年度、再来年度と後 2 回開催する予定ですので、次回の参加も、お待ちしています。開催日程及び開催場所は後日、紙面にてお知らせ致します。

【事業委員会：安納慶太】

かけがえのない仲間づくりを目指して! ～健常者と障害者のスポーツ・レクリエーション活動連携推進事業～



この事業は、障がいのある人とない人が出会い、スポーツ・レクリエーション活動を楽しい交流イベントを通しながら、地域で共に生きる仲間づくりをしていこうというスローガンのもとで開設したものです。2 回の実行委員会とスタッフトレーニングの研修を積み交流イベントを開催しました。

第 1 回目は、宇都宮市冒険活動センターで「デイキャンプ」を行い、野外炊飯とネイチャーレク活動を一日楽しみました。グループごとにビニール袋に木の葉でアレンジした衣装をまとったファッションショーでは、それぞれアイディア溢れる個性的なできばえに大きな喝采。

第 2 回目は、県総合教育センター体育館でニュースポーツを開催し、楽しいひとときを過ごしました。各班に分かれ、高根沢町の菅谷薫先生が開発した「コントロールアタック」や「チャレンジ・ランキング」・「カローリング」に挑戦し、終始頑張った人たちへ賞状が贈られました。障がいを持った人も持たない人も一緒になって快い汗にまみれながら絶えず笑顔があふれる中で実施され、目的にあった事業が展開できました。

「宮コン」と「スポーツ露店」が合体!

20・30代のスポーツ実施率向上のためのトライアル事業

２０～３０代のスポーツへの関わりが希薄になっている昨今、この事業を通じて新たな「楽しい空間」を提供しようと、地域活性化と婚活をテーマに取り組んでいる宮コン実行委員会と連携をしてイベントを開催しました。１１月１７日の宇都宮市オリオン通りは、あいにくの肌寒い雨となってしまいましたが、会場周辺は若い男女のカップルで熱気ムンムン。賞品も折りたたみ自転車２台、プロスポーツ観戦チケットなどがゲットできる豪華版。

ラダーゲッター・ターゲットバードゴルフ・ネットパスシュートの露店とともに、イベントプログラムとしてフリースタイルなわとびパフォーマンスやプラズマカーレースなどが加わり、会場は盛り上がりを見せました。県レク協会も今年度はイベント続きです。

レクリエーション・インストラクター養成講習会
レクテクニックをみがく2日間

レクテクニックを磨く２日間に参加し、講師の解りやすいレクリエーションの進め方、レクリエーションの面白さ、大切さを改めて学ぶことができました。歌をうたい、様々なゲームをしていき、新聞紙を使ったクラフトも行い、わいわい楽しく時間が経過した講習会でした。

私は今後もレクリエーションの講習会に参加し、レクリエーションの知識を深め、高齢者施設で役立てていきたいと思います。皆さんも是非楽しく一緒にレクリエーションを学びませんか？

【レク・インストラクター：山本 秀行】

レクリエーション・インストラクター養成講習会
レクテクニックを深める2日間

年に一度の宿泊研修。前回のテクニックをみがくに続いて、どんな対象にでも展開できる力が身につく講座。朝のアイスブレーキングから始まり、昼食、夕食をはさみ、夜まで講習は続いた。１日目の講習終了後は、仲間の絆が深まる懇親会。日帰りの休み時間では話せない、講師の日常的なレク活動や、丸秘テクニック、参加者のお悩み相談等など、なかなか有意義な時間となった。

２日目は、スタッフの愛情こもった手作り朝食から始まった。テキストに紹介されているゲーム全ての実演紹介の後、各自アレンジを考え、発表しあった。

宿泊でしか経験できない、スタッフ特製ごはん、裸同士のお付き合い、枕を並べての尽きない話・・・。仲間の絆も深めつつ、レクを展開するテクニックをさらに深めた２日間となった。

資格取得中の受講生はもちろん、有資格者にとっても身になる講習会。来年度も開講予定！乞うご期待！

【ＳＹ委員会：柿沼 友岐】

Hot!ニュース!

レクリエーション運動普及振興功労者表彰

２名の方が受賞されました。おめでとうございます。

安藤佳子さん
小峰稲子さん

独楽吟 入賞!

「第６６回全国レクリエーション大会ｉｎふくい独楽吟」で県レク協会事務局長 高木さんの句が見事入賞し、福井市アオッサ４階で展示されました。

『たのしみは
たかがグーパーゲームとて
ワザを磨きて　窮めたるとき』

◇◇編集後記◇◇

年に３回のニュースレター発行。慣れない担当を支えていただきありがとうございました。会長をはじめ新体制になった役員一同、県レクを前進させたいという気持ちで、様々な努力をしています。今後も皆さまの声を聴かせていただきながら、さらに「いっぽ」進めていきたいと思っています。

【編集委員長】

あそびのフリーマーケット

♪お誘い♪ 2月3日㈰ 9時～

２月３日（日）９時～総合教育センターにて、「あそびのフリーマーケット」が開かれます。って、明日じゃない？？そうです！これを読んで、興味を持たれた方、今すぐ事務局に電話をしましょう。

得意な「あそび」を持っている有資格者の方は、ブースを開きます。「あそび」を楽しみたい方は、興味のある「あそび」を体験していただきます。

昨年度は、ニュースポーツ・歌のコーナーと、おなじみのアクティビティから、自然木の鉛筆、タオル人形、端切れを使った小物屋さん、ＣＤコマ、フォトスタンド、等などクラフト系も盛りだくさん。その他にも幅広いアクティビティを体験しました。

今年も、なかなか期待できそうです。新たな「あそび」探しに、いらしてみてください。ブースを出したい方も、体験したい方も、今からでも間に合います！

みんなで「あそび」を楽しみましょう。

☆事務局に連絡をいただけると助かりますが、間に合わない場合は、直接会場までお越しください。

リニューアル

県レク協会のホームページがリニューアルされました。たくさんの方々に見ていただきたいと思い、広報委員会で見やすく、情報盛りだくさんのホームページ作りを進めています。イベント情報や、写真などもこまめにアップしていく予定です。みなさん、是非アクセスしてみてください。きっと、あなたに役立つ情報に出会えるはず！

【広報：斎藤 明美】

発　　行　栃木県レクリエーション協会
発行責任者　会　長　石　塚　英　彦
〒320-0057　宇都宮市中戸祭 1-6-3
スポーツ会館内
☎ 028−650−3330
FAX 028−650−3331
✉ rec-tochigig@h2.dion.ne.jp