

スポーツクジ



この「RECふくい」は、スポーツ振興くじ助成金を受けて作成しています。

RECふくい

No.91

2019年6月号

福井県レクリエーション協会

E-mail: fukuirec@angel.ocn.ne.jp

〒918-8012 福井市花堂北2丁目17-3

TEL&FAX: 0776-35-5509

URL: <http://fukuirec.main.jp>



令和元年度の総会



5月18日(土) 10:00~11:20 福井県立大学 地域経済研究所にて開催しました。



会長あいさつ

向夏の候、会員や加盟団体のみなさまに於かれましてはご健勝で益々ご活躍のこととお慶び申し上げます。日頃は当協会へご理解ご協力を頂き、誠にありがとうございます。

また昨年度は、天皇・皇后杯獲得のしあわせ元気国体・障害者スポーツ大会の開催では皆様のご協力があればこそのことと思います。重ねて御礼申し上げます。

本年、新知事に杉本達治氏が就任されました。県庁には新たに交流文化部が創設され、より県民のみなさまとのスポーツの可能性を高める政策がはじまります。レクリエーションは「心を元気にすること」が主旨であり、また「スポーツ・レクリエーション指導者」資格も制度化され、“健康寿命”へ貢献する機会が増えました。「スポーツ・イン・ライフ」の主旨のもと、より一層レクリエーション協会や加盟団体の活動には、その貢献可能性が高まることでしょう。これから新たな取り組みも周知させていただくこともあろうかと思えます。私も甚だ微力ながらレクリエーション運動の推進に努めたいと思います。引き続きみなさま宜しくお願い申し上げます。

結びとして、当協会に関わる全てのみなさまのご健勝とご多幸をご祈念いたします。

新役員・理事紹介

令和元年度は役員改選の年です。総会で新役員が決定し、その後理事が選ばれました。令和元年度・令和2年度よろしくお願ひします。

会 長	長田 光広		
副会長	森 幸一	田中 和代	出村 友寛
理 事	辻岡 世紀子 (総務部・事務局長)	加藤 昌美 (人材養成支援部)	山崎 千恵美 (事業部)
〃	井上 久美子 (越前市レクリエーション協会)	北村 邦裕 (大野市レクリエーション協会)	辻 憲治 (勝山市レクリエーション協会)
〃	高橋 研一 (坂井市レクリエーション協会)	高島 鉄宜 (鯖江市レクリエーション協会)	宇野 信彦 (福井市レクリエーション協会)
〃	内藤 恵美子 (南越前町レクリエーション協会)	田中 みち子 (真美健康体操北陸地区本部)	小林 一美 (福井県フォークダンス連盟)
〃	北川 直美 (ふくいスロージョギングの会)	川端 慶子 (課程認定校)	杉浦 宏季 (学識経験者)
監 事	戸田 千代子	高岡 澄江	

(敬称略)

総会後のお楽しみ会 11:20~12:10



今回は3つのお楽しみがありました。紹介します。

1 リラクゼーション

田中和代氏が作成したCD付きの呼吸法を体験しました。音楽に合わせて「1、2、3、4」とゆっくり鼻から息を吐き、大きく口から息を吸うを繰り返し、副交感神経を刺激。手が温くなる体験をしました。



呼吸法でスッキリ!



スロージョギング走法のポイント

2 スロージョギング走法について

フォアフットと呼ばれる足の裏の指の付け根を最初に着地するコツをまずは体験。コツは、「信号機が赤になるから走る」時です。

すぐにコツを覚えて、外を300mほど走りました。ときどき思い出して実行してくださいね。

3 恒例のハッピー抽選会

今回は、平成30年度仁愛女子短期大学卒業の西畑さんが見事5千円の商品券をゲットしました。おめでとうございます。



恒例のハッピー抽選会

令和元年度 福井県レクリエーション協会事業計画

主催事業

レクリエーション・インストラクター資格取得の講座です。技術アップ、復習のための参加も大歓迎です。

課程認定校3校と地域の人たちで、チャレンジ・ザ・ゲームの体験や体力チェックに挑戦しましょう。

レクの仲間と共に学びあう場です。救急法講習やチャレンジ・ザ・ゲーム等

レク用具の“ふらば～る”を使つてのレク活動を紹介します。「心を元気にする」主旨に沿って考えましょう。

年間32回の行事です。木田地区の子ども達の居場所です。

事業名・期日・会場

レクリエーション支援 基礎講座	
第1回 6月30日(日)	第2回 7月28日(日)
第3回 8月25日(日)	第4回 9月22日(日)
第5回 10月20日(日)	第6回 11月17日(日)
第7回 12月22日(日)	第8回 1月26日(日)
第9回 2月23日(日)	第10回 3月8日(日)

会場: 福井県社会福祉センター・福井県医療福祉専門学校

スポーツ・レクリエーション指導者養成講習会	
第1回 7月28日(日)	第2回 8月25日(日)
第3回 10月19日(土)	第4回 11月24日(日)
第5回 12月14日(土)	第6回 1月18日(土)
第7回 1月26日(日)	第8回 2月15日(土)
第9回 3月7日(土)	実技 7月～1月に1回

会場: 福井県社会福祉センター・南条保健福祉センター 他

県民スポーツ祭・課程認定校合同事業	
6月29日(土)	会場: 仁愛女子短期大学

県民スポーツ祭総合開会式 ～みんなでスポーツフェスタ～	
7月6日(土)	会場: 福井運動公園

HANA広場	
10月20日(日)	11月17日(日)

会場: 福井県社会福祉センター

2019ふくいスポーツ・レクリエーションフェスティバル	
11月23日(土・祝)	会場: 福井市西体育館

福祉レクリエーション講習会	
12月22日(日)	会場: 福井県社会福祉センター

レクリエーション・サポーターセミナー	
8月4日(日)	会場: サン・サンホーム小浜
12月1日(日)	会場: 福井県生活学習館

スポーツ・レクリエーションセミナー	
2月2日(日)	会場: ふくい健康の森

あそびの城	
4月～2月	会場: 木田公民館

県民の皆さんの健康寿命のためのスポーツ・レクリエーションの指導法を学びます。

こどもゆめ基金助成活動。絵本の世界と運動のコラボで、子ども対象です。親子でも参加できます。今年は、「さんまのおふだ」のお話です。なわとびチャンピオンにも登場してもらいます。

介護・学校・グループの3種類に分かれてレクの基礎であるアイスブレイキングとホスピタリティを3時間行います。

会員の方と生の声で交流。協会を身近に感じてもらえればうれしいです。

支援事業

事業名

ブロック担当者連絡	年1回の電話連絡
市レク協会支援事業	随時

派遣事業

- 指導者派遣

広報事業

- 情報紙「RECふくい」の発行 年4回 (4月・6月・10月・3月)

後援事業

- 福井県レクリエーション協会加盟団体主催事業
- 全国一斉「あそびの日」キャンペーン2019 4月13日(土)～6月9日(日)

助成事業

- スポーツ振興くじ助成: 情報紙「RECふくい」の発行および提供
- 子どもゆめ基金: 2019ふくいスポーツ・レクリエーションフェスティバル
- 福井県: 指導者研修(レクリエーション・サポーターセミナー、スポ・レクセミナー)

受託事業

- 福井市: 放課後子ども教室推進事業「木田あそびの城」(4月～翌年2月)
- 県民スポーツ祭実行委員会: 県民スポーツ祭
- 日本レクリエーション協会: 教員免許状更新講習(7月30日～8月1日)

令和元年度 収支予算

(単位：円)

収入の部		支出の部	
科目	予算額	科目	予算額
会費収入	758,000	事業費	1,127,000
個人会費	30,000	有資格者支援費	350,000
団体会費	128,000	新規人材養成費	300,000
県レク協会運営協力費	600,000	普及啓発費	57,000
事業収入	660,000	広報費	420,000
参加料	380,000	助成事業費	992,000
公認資格受験料	10,000	加盟団体助成金	160,000
物品販売料	100,000	スポーツ振興くじ助成金	532,000
指導者用具貸出料	120,000	子どもゆめ基金	300,000
一般用具貸出料	50,000	受託事業費	400,000
助成金	1,032,000	県民スポーツ祭	150,000
日レク加盟団体助成金	200,000	あそびの城	250,000
スポーツ振興くじ助成金	532,000	運営費	1,591,000
子どもゆめ基金	300,000	会議費	30,000
受託金	400,000	旅費	90,000
県民スポーツ祭	150,000	消耗品費	60,000
あそびの城	250,000	印刷製本費	5,000
交付金	1,231,250	通信運搬費	30,000
登録料交付金	1,126,250	備品費	0
課程認定校活動支援費	105,000	手数料	10,000
雑収入	5,000	慶弔費	30,000
繰越金	206,942	賃金	720,000
合計	4,293,192	通話料	132,000
		光熱水費	70,000
		賃借料	414,000
		負担金	71,000
		特別会計繰入金	100,000
		予備費	12,192
		合計	4,293,192



令和元年度 木田あそびの城

元号が新しく変わりました。今回で16年目の活動になります。

今年も「子ども達との心と体が元気になれるように」とサポートしていきたいと思います。

「あそびの城」は子どもの居場所です。また、子ども連れでおうちの方も来てください。大人の居場所でもあります。いつでも遊びに来てください。
(記事：森永)



3B体操

年 間 計 画

No.	月 日	曜	内 容	No.	月 日	曜	内 容
1	4月27日	土	レクで仲間づくり	17	9月20日	金	フライングディスク
2	5月10日	金	初めまして・名札づくり	18	9月27日	金	クラフト
3	5月17日	金	フォークダンス	19	10月4日	金	ゲームがー杯
4	5月24日	金	ゲーゴルわなげ	20	10月12日	土	芸術の秋体験
5	5月25日	土	小遠足	21	10月18日	金	ゲームがー杯
6	6月7日	金	3B体操	22	10月27日	日	公民館祭り
7	6月15日	土	和 문화体験教室	23	11月1日	金	ゲームがー杯
8	6月21日	金	身体を動かそう	24	11月16日	土	木田っこルームもぐもぐ食堂
9	6月28日	金	フライングディスク	25	12月6日	金	イルミネーション点灯式
10	7月5日	金	身体を動かそう	26	12月7日	土	クリスマスを楽しもう
11	7月12日	金	スティックリング	27	12月13日	金	大なわとび
12	7月19日	金	避難訓練	28	12月20日	金	マンカラ大会
13	7月27日	土	夏祭り	29	1月17日	金	カルタであそぼう
14	8月24日	土	町探検	30	1月24日	金	コマであそぼう
15	9月6日	金	3B体操	31	2月1日	土	味噌づくり
16	9月14日	土	敬老の日プレゼントづくり	32	2月8日	土	バレンタインチョコづくり

令和元年!

若狭レクリエーションクラブ誕生!

第28回若狭・三方五湖ツーデーマーチに早速スタッフ活動開始!

令和元年5月18日(土)、19日(日)に第28回若狭・三方五湖ツーデーマーチが開催。福井県レクリエーション協会は19日に出店した。前日に突風があり、19日はテントもなく会場も変更になり、あたふたとした中でのスタート!内容は、ペットボトル巻き上げの体力チェックとボードゲームのマンカラです。当日も突風が吹き荒れる中、多くの参加者に楽しんでもらえた。マンカラは昨年も体験したからと子ども達には大好評!スポーツ・レクリエーション指導者養成講習会で一緒になった2名も応援に駆けつけてくれた。



お手製お手玉マンカラ



体力チェック



スタッフ

スタッフ3名と応援2名の5名で無事に終了できた。若狭、三方、高浜地区のメンバーで結成した若狭レクリエーションクラブの第1回目の活動だった。

(報告:村松)



~ HANA広場 ~



【レク資格者の学びの場】

インストラクター養成講習会の1コマをHANA広場として3時間の講座を2回行います。有資格者と個人会員のメリットの一つで、無料です。一般の人は、各回千円の受講料が必要です。ただし、お友達にあげることができる「RECふくい券500円」を使用することができます。

10月20日(日)	13:30~16:30	救急救命法 3時間の受講で「普通救命講習修了証」がもらえます。
11月17日(日)	13:30~16:30	誰にでもできるニュースポーツの体験 「チャレンジ・ザ・ゲーム」

会場: 福井県社会福祉センター 福井市光陽2-3-22

全国一斉「あそびの日」キャンペーン 応募活動から

《みんなで遊ぶと後片付けも楽しいな!》



ドミノの前ではいポーズ!

5月24日(金)16時のいつもの時間から「あそびの城」がスタートした。今回の活動内容は日本レクリエーション協会あそびの日キャンペーンとして登録をした。参加の子ども達は、9カ月の親子、4歳児、小学1年生、2年生たちの7名であった。『ゲーゴルわなげ』と『ドミノ』の2種類を用意しておく。子ども達はそれぞれに好きな方を行ないながらも、どちらにも行ったり来たりと自分たちのやりたい気持ちに合わせながら楽しんでいた。あと10分で終了という頃にステージいっぱいに取り上げた『ドミノ』をいよいよ倒すときがやってきた。すべて倒し終わった後の子ども達の姿がとても印象深い!ブルドーザだと言って『ドミノ』を片付ける。ところが、ステージの隙間にたくさん落ちてしまった。私たちスタッフが、重いステージを動かしながら隙間の『ドミノ』を取ろうとすると子ども達も全員一緒にやりだした。さらに、片付けを終了した後に全員小さな円になってハイタッチ!心が満足すると自らが動くという姿を目の当たりにし、スタッフ一同、心がとても温かくなった。

せながら楽しんでいた。あと10分で終了という頃にステージいっぱいに取り上げた『ドミノ』をいよいよ倒すときがやってきた。すべて倒し終わった後の子ども達の姿がとても印象深い!ブルドーザだと言って『ドミノ』を片付ける。ところが、ステージの隙間にたくさん落ちてしまった。私たちスタッフが、重いステージを動かしながら隙間の『ドミノ』を取ろうとすると子ども達も全員一緒にやりだした。さらに、片付けを終了した後に全員小さな円になってハイタッチ!心が満足すると自らが動くという姿を目の当たりにし、スタッフ一同、心がとても温かくなった。

ゲームクリニック

《心が元気になるレクリエーション活動に作り直す》 担当：辻岡世紀子

昔からあるゲームを、今のレクリエーションの主旨に沿って作り直していきます。

今回は『**反応拍手**』です。昔からのルールでは主役は支援者です。特に“フェイント”をかけるわけですから、かけられた参加者の心はどうなのでしょう。か? “フェイント”という行為は人の心をだますことなので、私は、しない方がいいと思います。昔のルールは支援者が“フェイント”をして、ミスをしたことで笑いを起こしていました。今のレクは、一緒にできた「達成感」と「安心感」で自然と喜びの笑いが起きます。ズバリ!ゲームをクリニックするポイントは2点。「主役は誰なのか」と「安心して行動する」です。

昔からのルール	今のレクリエーションの主旨でのルール
<p>①支援者は両腕を前に出し、手のひらが交差するように動かす。参加者は交差した時に拍手を1回する。</p> <p>②初めはゆっくりと交差し、テンポを上げてリズムカルにしながら適度にフェイントも加える。</p>	<p>★初めは支援者と参加者で下記のように行う。ルールが伝わったらグループごとにやっていく。</p> <p>①参加者1グループで好きな言葉を決めます。そして大きな声で皆に伝えます。</p> <p>②残りの参加者はその言葉のイントネーションも真似をするように拍手をします。</p> <p>③その拍手に合うように参加者1グループは交差を練習する。また、ばっちりポーズも決める。</p> <p>④支援者の合図で拍手と交差を行い、ぴったり合っていたら皆でばっちりポーズをする。</p>

日本レクリエーション協会がいろいろと新しい資格を作っています。所属の皆様も日レクホームページやレクルーをご覧ください。ホームページから一部を紹介します。

1) 3つのレクリエーション・サポーター制度 :2018年10月1日よりスタート!

- ①学校レクリエーション・サポーター (2018年10月1日スタート)
教員など、子どもとのコミュニケーションや、子ども同士のコミュニケーションを深める支援に携わっている方々が、レクリエーションの基礎学習を修了することで登録できるサポーター。
- ②介護レクリエーション・サポーター
介護福祉士など、介護予防や認知症予防などをより楽しく支援する活動に携わっている方々が、レクリエーションの基礎学習を修了することで登録できるサポーター。
- ③グループレクリエーション・サポーター
地域や職場など、特定の分野に関わらず楽しいレクリエーション活動をサポートする活動を日々実践されている方々が、レクリエーションの基礎学習を修了することで登録できるサポーター。

★福井県内での講習会紹介★

サポーター制度	日時・会場
介護レクリエーション・サポーター	8月4日(日) 13時受付 13:30~16:30 小浜: サン・サンホーム小浜
グループレクリエーション・サポーター	12月1日(日) 9時受付 9:30~12:30 福井: 福井県生活学習館

2) 元気アップ・プログラム

元気アップ・プログラムは、日本レクリエーション協会が中心となって開発した「誰もが楽しく夢中になり、心も体も元気になるプログラム」です。

スポーツ推進委員や小学校の教員の皆さんだけでなく、『子どもの体力向上』や『健康寿命の延伸』、『地域の活性化』などに関わっている方、「世代や性別、障がいの有無にかかわらず活動されている方」「まだあまり知られていない種目を探している方」「地域で新しいことを始めたい方」におすすめてです。

さあ、始めよう 元気アップ・プログラム! 4種目

チャレンジ・ザ・ゲーム	ラダーゲッター
スポーツ・テンカ	マンカラ

平成30年度 日レク協会公認指導者資格取得者数 (福井県レク協会所属分) 紹介

レクの仲間入り、おめでとうございます。
資格を大事にして一緒にレク運動を続けていきましょう!

一般:レクリエーション・インストラクター	4名
一般:スポーツ・レクリエーション指導者	5名
課程認定校:レクリエーション・インストラクター	77名
課程認定校:福祉レクリエーション・ワーカー	18名

福井県レクリエーション協会ニュース 年4回発行 (4・6・10・3月)