

長崎県レクリエーション協会情報誌

レクながさき

Let's Enjoy



発行所：NPO法人長崎県レクリエーション協会 事務局：長崎県レクリエーション協会広報部

〒852-8104 長崎県長崎市茂里町3番24号 長崎県総合福祉センター（社協棟）4階
 Tel: 095-842-0100 Fax: 095-842-0101 業務時間：月曜日～金曜日 10時～16時
 Email: rec-naga@ngs2.cncm.ne.jp URL: http://www.rec-nagasaki.org/

「三密」を避けスキルアップを

新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のため、全国に非常事態宣言が出されて2ヶ月となります。2月末から始まった感染予防への取り組みのため、レクリエーション関係の会合・事業も軒並み中止や延期となりました。

また、4～5月では、加盟の種目団体・領域団体から総会の延期や書面決議となったと報告が続きました。

公認指導者が多い医療や福祉・教育（保育）の業界では、これまでと大きく異なる状況への対応で、疲弊しているとの声が聞こえてきます。目を地元に戻せば、認知症カフェやいきいきサロンはもう三か月間開催されていません。

私たちは、レクリエーション活動によって、関わる方々のコミュニケーションを深化させてきました。スポーツ活動によって、幸福で豊かな生活を営むということを求めて活動を進めてきました。これらの活動の多くは、まさに「三密」の中での活動が多かったのです。

では、何をしますか。自粛でステイホーム。そしてできるのが、「あなたのスキルアップ」かもしれません。例えば、（公財）日本レクリエーション協会のホームページを開くと、トップに「こんな時だからこそ」と紹介されているのが、「たくスポ」や「おうちでできる運動・遊び」などの動画などです。これらに挑戦してみませんか。個人で、自宅でできるスキルアップです。あなたの持ち技を増やすチャンスです。そして、これらを是非SNSで発信されませんか。この非常事態宣言下でも遊びを忘れない私たちでいましょう。

（専務理事 平山 仁）



事業の紹介 2020年度に計画した事業を紹介します。

「県民スポーツ・レクリエーション祭 2020in いさはや」

協会の主たる事業です。加盟種目団体が総参加で実施します。主会場は、諫早市です。昨年は約3300人が参加しています。種目によって開催日・会場が異なります。次号で詳細に案内します。ニュースポーツ体験のつどいは、県立総合運動公園等で開催します。

「レクリエーション・サポーター養成事業」

昨年より開始している事業です。レクリエーション活動のエッセンスを提供し仲間を増やそうという事業です。今年も主催型・講師派遣型と開催予定です。

「公認指導者スキルアップ研修会」

各市レクリエーション協会との懇話会で提案を受けた事業です。講師体験とスキルアップの機会を身近な会場で提供します。



2019年度のレクリエーション・インストラクター養成講座に参加された受講生の方の感想です。

感想文集から、一部を紹介します。

現在の仕事につき約20年。学生時代に学んだことや今でも追われる研修、日々の仕事、20年の経験があってもどこか不安も抱えています。専門的な研修は受けているが、もう少し深いところで心の中で裏付けが欲しいといった感じです。その思いから今回受講を決めました。

受講してみて目からウロコ。レクを実行するまでの思考や見方や配慮など全てに裏付けがあり、そのことを基本に現場に対して広い視野をもって臨むなど学びが広く深いことを知りました。年間20を超える研修等の内容を意識して日々の仕事に取り入れてはいます。その内容と仕事現場の根底を繋げたのが今回の受講内容だと思いました。

毎日変化する現場の状況や課題、試行錯誤する課題などに対応しながらも20年の経験を積み重ねてきました。しかしキャリアで安心できることはありません。だからこそ今回の受講内容は基本中の基本ですが、原点帰帰となり今やっていることへの裏付けになったと思いました。

2019年度受講生 松本 美奈子

皆さんの周りの方を、レクリエーション・インストラクター養成講習会へご紹介ください。満足いく内容となります。日程の調整のつかない方には補講もあります。



レク財紹介

屋内でできる遊びを紹介します

テーブルカーリング

- 材 料：紙コップ(今回は27cm径)
木の球(百円ショップで購入)
ゴルフボールでもOK
- 遊び方：チーム戦でテーブルから落とす
競技をして残った数で競う。
②写真のように、エリアを決めてシャッフルボードのようにしてから、点数を競う。

○アレンジや指導のポイント

- ・チーム戦の場合、紙コップの色を変えるとわかりやすい。
- ・無地の場合、ペンで模様を描くとマイカップの意識が強くなる。
- ・ビー玉やピンポン玉等自重がない場合は、転がしても動かない。
- ・チーム戦にして、投げ手が交代するやり方もある。
- ・縁のないテーブル(折り畳みテーブル)などでは、勢いよく投げると落ちる。そのドキドキ感が面白い。



安全・簡単

新聞紙のフライングディスク

- 材 料：新聞紙1枚
セロハンテープ
ふたにする紙(円型)
- 作り方：1枚を4回折り曲げる。
テーブルの脚などで丸みをつける。
両端をテープで留める。
ふたとなる円型の紙をテープで留める。

○遊び方やポイント

普通のフライングディスクのように投げて遊ぶ。
標的に当てる遊び方やバケツなどに入れる遊び方もある。円型は皿で縁取りすると早い。



長崎県
レクリエーション
協会より

「ながさき県民総スポーツ祭スポーツ・ レクリエーション祭2020inいさはや」を開催します

「ながさき県民総スポーツ祭スポーツ・レクリエーション祭2020inいさはや」は、2020年11月14日(土)～15日(日)に諫早市を中心に開催されます。一部競技では、他都市他の日程で開催されます。多くの方にレクリエーションの喜びを伝えるため、そして、スポーツの楽しさを体感するためにもどうぞおいでください。



○新型コロナウイルス感染症感染拡大防止のために各種事業が中止や延期などの変更が生じています。県協会のホームページやFacebookなどをご覧ください。
レクリエーション・インストラクター養成講座の6月・7月は延期します。
開始日等新しい日程は、ホームページに掲載します。
合わせて、募集締切日も8月まで延長します。

○通常総会は書面決議による「みなし決議」をもって総会とします。
参加者が一堂に会することがいわゆる「三密」に当たると判断し、長崎県県民協働課など関係機関と相談して、書面決議による総会を選択しました。事業計画や財務諸表などは、適宜ホームページに掲載予定です。

○レクリエーション・インストラクターの階梯制度
公認指導者の皆さんは2年に1回の資格更新があります。一昨年、「準中級レクリエーション・インストラクター」への案内が始まりました。レクリエーション・コーディネーターの方や福祉レクワーカーの資格をお持ちの方は、別途、「特別認定」に関する案内や「中級レクリエーション・インストラクター」の案内が入っていたと思います。これらの内容について説明が必要な場合は、遠慮なく日本レクリエーション協会登録センターや長崎県レクリエーション協会(担当平山)まで問い合わせください。

お知らせ

諫早レクリエーション研究会45周年「集う会(つどおう会)」を右記のとおり予定しています。食事をしながら交流を深めましょう。

日時：令和3年2月14日(日) 11時から

会場：諫早市内 会費：1,000円

対象：レクリエーションに関心のある方はどなたでも

※詳細は今後の「レクなが」でお知らせします。

スポーツくじ



スポーツは育てることができる。

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。