

令和4年1月吉日

各位

特定非営利活動法人
長崎県レクリエーション協会
会長 前原 晃 昭
(公印省略)

広報紙「レクながさき65号」の送付について

時節柄、貴職におかれましては、ますます御健勝のこととお喜び申し上げます。

日頃から長崎県レクリエーション協会の活動につきまして格別のお引き立てをいただき、ありがとうございます。御礼申し上げます。

さて、本協会の広報紙「レクながさき65号」が完成いたしました。

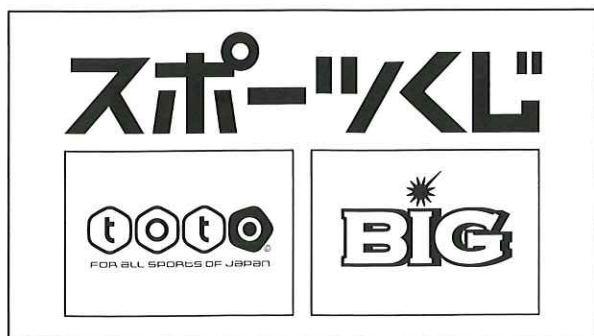
つきましては、職務ご多忙の折、大変恐縮に存じますが、ご高覧いただきますよう宜しくお願いいたします。

記

○送付物

1. 広報紙「レクながさき65号」

1部



NPO 法人長崎県レクリエーション協会
〒852-8104 長崎市茂里町3-24
県総合福祉センター(社協棟)4階
電話 095-842-0100 FAX 095-842-0101
E-mail rec-naga@ngs2.cncm.ne.jp

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/

令和3年度 レクリエーション功労者表彰

12月11日(土)諫早市小野ふれあい会館にて、2つの表彰伝達式と表彰式を行いました。

まずは、「令和3年度生涯スポーツ功労者表彰(文部科学大臣表彰)」伝達式です。受賞は、原口孟士さんと松崎ヨシ子さんです。

次に、「公益財団法人日本レクリエーション協会令和3年度レクリエーション運動普及振興功労者表彰」伝達式です。受賞者は、中島るり子さんと平山百合子さんです。

最後に「特定非営利活動法人長崎県レクリエーション協会令和3年度功労者表彰及び優良団体」表彰式です。

- 🏆 山下 徹 様(長崎市レクリエーション協議会) 🏆 大谷 哉子様(佐世保市レクリエーション協会)
- 🏆 本田 邦子様(諫早市レクリエーション協会) 🏆 小野 由利子様(長崎県フライングディスク協会)
- 🏆 森田 昭生様(長崎県ターゲット・バードゴルフ協会)

優良団体表彰者として1団体です。

- 🏆 チームSIVAZO様 (長崎県インディアカ協会)

皆様本当におめでとうございます。なお、皆様の功績や略歴の一部は、本会ホームページに掲載しています。

上段左から5名の長崎県会長表彰者(山下様、本田様、小野様、森田様、チームSIVAZO会長柴原様)

下段左から文部科学大臣表彰者(原口様、松崎様)、専務理事、日レク会長表彰者(中島様、平山様)



🏆 原口 孟士さん

本会がNPO化する前から45年以上の長きにわたり本会の発展に寄与されました。実践家として知られ、第63回全国レクリエーション大会では準備委員長として活動されました。現在も、佐世保市のレクリエーション協会の会長として活動されています。



🏆 松崎 ヨシ子さん

本会がNPO化する前の団体時に理事として活動されていました。46年を迎える諫早市レクリエーション研究会の初代会長としてその活動の礎を築かれました。1964年、東京オリンピックに高校生として出場されています。長崎県水泳連盟の理事を務めておられました。



オンライン研修会の試行報告



新型コロナウイルス感染症の流行により、対面での研修の形が大きく変わってきています。本県レクリエーション協会もオンライン研修への布石として、10月20日(水)と11月25日(木)に「レクほうだい」事業(仮称)を2回試行しましたので、その一部を紙面で報告します。

10月20日

1. オンラインしりとり

- 1 スタートを決め、いわゆる「しりとり」を行う。
- 2 「ん」や一定の時間でなかったら、そこからまた始める。
- 3 順番は、全体じゃんけん(オンライン)で決める。
- 4 一定時間のカウントはみんなでする。

アレンジ!! (参加者から出たこと)

- 1 次に言う人を指名するやり方もある。
- 2 条件を付ける(食べることができるとか)
- 3 おしりの2文字しりとり、やってみると意外と簡単。



2. オンラインお野菜ビンゴ

- 1 5×5のマス目を自分で作ってもらう。簡単に4×4でもOK。
- 2 各マスの中に野菜の名前を1つ書き入れる。
- 3 全部書き入れたら、各自順番に一つの野菜名を言っていく。
- 4 その野菜名を書いていたら、マス目を○で囲む。
- 5 たて・よこ・ななめでも4つ並んだら「リーチ」をかける。
- 6 5つそろったら「ビンゴ」とコールする。

アレンジ!!

- 1 ホストがコールするやり方。
- 2 Wビンゴを目指す。
- 3 他の人をビンゴにして自分はビンゴにならないゲームも意外と面白い。



3. オンライン持ってこ〜い こってこ〜い

- 1 ホストがひらがなカードをシャッフルして、1文字を選ぶ。
- 2 メンバーは、その文字が頭にある物品を決まった時間内で集めてくる。
- 3 時間になったら、その物をみんなに見せて楽しむ。

たのしさ♪

- 勝ち負けよりもどのような物を短い時間で集めてきたかを楽しむ。
オンラインで遠く離れると意外なものが出てくる面白さがある。



11月も実施した後、今後毎月第3火曜日に実施することや県内外の方にも呼びかける事などが決まりました。Zoomを利用しています。皆さん意外と簡単です。コーヒーを飲みながらの参加で結構です。お待ちしております。





またしてもコロナ禍でしたが

令和3年度ながさき県民 スポーツ・レクリエーション祭を開催



11月13～14日を中心に、「令和3年度ながさき県民スポーツ・レクリエーション祭2021inながさき」が、長崎市を中心に約2,000名の方々が参加し開催されました。

今年も昨年に引き続き、新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、各種目競技の開催や規模について議論され、いくつかの種目は、中止となりました。主管する各種目団体は苦渋のうちに開催の中止を決めるなど、コロナ禍の開催のむずかしさを感じました。

さて、10月に開催されたクッブ競技の開催にはじまり順調な参加でした。昨年は、中止でしたが今年開催された種目は、インディアカ競技・ターゲット・バードゴルフ競技・ラージボール卓球競技です。この3種目で約400人の参加者がいます。また、昨年は中止したが、体験のつどいに参加した競技がフライングディスク競技です。バウンドテニス競技は年々参加者が増えて来ています。

さて、11月13日の体験のつどいでは、朝からの雨と雷でした。昼からの天気回復予想を信じ開催準備をしていました。開催予定の10時になると、雨も上がり日がさすようになってきました。そして、10時には参加の方が列をなし始めました。終了時刻の3時を過ぎてもまだ、並んでおられました。スタッフも含め488名の方が参加されています。今回の特徴は、体験のつどいにこられた9割以上が長崎市民でした。また、家族連れも多く、コロナ禍、患者数が落ち着いた秋の時期、参加しやすいイベントとなったようです。

協力いただいたスタッフの皆さんありがとうございました。また、県民の健康づくりに寄与していると助成いただいている長崎県・スポーツ振興くじ助成・スポーツ安全協会スポーツ普及奨励助成に対して厚くお礼を申し上げます。

(専務理事 平山 仁)



「心を元気にする 不快を快に」

ずっと前に福岡の中島宏さんに教えていただいた「スポーツアワー」というキャンプ等の時にやっていたゲームがあります。要は、数集まりゲームです。「野球」というと9人、サッカーだと11人で集まるのです。展開の途中で、野球で1人残ってしまった時、その方を入れて10人となったグループが「監督を入れて10人です」と展開されました。ここは歓声があがり皆さん拍手でした。この場面は印象深く、よく覚えています。

私たちは、「心を元気にする」ことを目指してレクリエーション活動を行っています。しかし、意図せずに

相手の心を傷つけることがあります。上記の例でいえば「残った人」「余った人」ではなく、グループの一員として認めていく展開は、「不快」を「快」に変えていくのではないのでしょうか。レクリエーションの公認指導者の皆さま、今一度振り返って考えてみませんか。(仁)



レクリエーション・インストラクター養成講座終了

(公財)日本レクリエーション協会の公認資格レクリエーション・インストラクターを学ぶ養成講座が7月18日(日)から始まりました。

そして、12月12日(日)閉講式を迎え17名の受講生の皆さんが受講を終えました。

新型コロナウイルス感染症の流行のため、通信学習を今年は採用し、集合学習(いわゆるスクーリ

ング)を短くしました。全体で5日間というスケジュールでした。また、県央地区会場が続いていましたが、長崎市立日吉自然の家を会場にしたことも大きな変化でした。

テキストや動画で学んだことをスクーリングで確認していく。演習を通してさらに力としていく過程も体験しました。



※2020年度の受講生の皆さんの投稿です

「私がレクスクールを二回目受講するわけ」

辻 哲一郎

私は老人介護施設(グループホーム)で働いているのですが、レクリエーションが苦手で、少しでもレクのバリエーションを増やそうと、20年度のレクスクールを受講しました。早速、スクールで学んだアイスブレイキングモデルを職場でやってみたのですがうまくいきません。全く興味を示さない方、面白くないと止めてしまわれる方、中には怒り出す方も出てくる始末です。これはどうすればいいのだろうと、次のスクールの時に先生方に相談しました。先生方からは色々なアドバイスをいただき、自問自答しながら授業を受けていたのですが、とても大切なことを忘れていたことに気づきました。それは認知症の方の失敗をすることへの敏感さです。私はレクを一方向的に押し付けることで、入居者の自尊心を傷つけていたのです。何の為にレクをやるのだろうと考え込んでしまいました。その時からレクをやる時のルールを決めました。「入居者ができないことはやらない」「できるところまでどこまでもハードルを下げる」。「できない」を「できる」に変えるために、一人ひとりの表情を観ながら「できること」を進めていくようにしました。「怒らせる」レクではなく「楽しい」レクができるように

なりたいたと本気で勉強するようになりました。施設でのレクは失敗を重ねながらも少しずつ笑顔を引き出せるようになってきました。目的が明確であればやり方はいくらかもあると思うようになりました。と同時にレクの持っている可能性の大きさ、奥の深さを感じるようになり、もっと学びたいと21年度のレクスクールに聴講生として参加させていただくことにしました。基本的なことを学んでの受講なので、講師の先生方が行う実技が、今回は、なるほどこのような目的の為に、このような段階を踏んで、このようにレクが構成されているんだな、ということが見えてきます。去年は全く分からなかったこと、ただ楽しいだけだったレクが、こんなに綿密に計画され、組み立てられているのだなと少し分かってきて、俄然、学ぶのが面白くなってきました。先生方の行うレクによって、スクール生の緊張がとけ、表情が柔らかくなり、笑顔が溢れ出し、初めて会った方々が、最後は連帯感まで生まれてくる。仲間になっていく。その変化していく様子を観察しながら、あらためて凄いなと驚きました。私はレクスクールを再び受講して、今、始めてレクリエーションを学んでいる気がします。

加盟団体紹介

長崎県ドッジボール協会



ドッジボールは学校の休み時間に遊びでやってこられた方が多いかと思いますが、全国共通の公式ルールがある競技スポーツです。全国大会や国際大会も開催され、日本代表チームもあります。

現在、長崎県のドッジボールの中心は小学生チームとなっています。

男女、学年混合の12名で構成され、5分という短い時間で内野人数を競うドッジボール。

この5分間という時間が絶妙で、小学生にとって集中力が続く限界の時間でもあり、逃げ切れるようで逃げ切

れず、最後の最後まで逆転可能な熱戦で、選手、応援ともに手に汗を握ります。

先日のパラリンピックの車椅子バスケットボールで大活躍した鳥海選手も小学生の時はドッジボール選手として活躍していました!

大会では1~4年生の低学年リーグ、3~6年生の公式ドッジボールのリーグを設け、チームに所属している全ての子供達に出場機会があたえられるように配慮しています。

興味がある方は是非、試合会場に足をお運びいただき、競技ドッジボールに触れていただきたいと思います。

長崎県ドッジボール協会HP:<http://jdba-nagasaki.com/>



加盟団体紹介

長崎県クツブ協会



長崎県クツブ協会では、11月28日(日)に(一社)日本クツブ協会認定のクツブ普及指導員養成講習会を開催しました。長崎では2017年以来2回目の開催です。

諫早市、雲仙市、島原市、西海市、長与町、時津町、佐賀県と広範囲から13名の参加者がありました。

スウェーデン発祥の薪投げゲームですが、的当てと陣取り合戦が融合したニュースポーツです。

木と木が当たった時の「カキーン」という音がなんとも言えない爽快な気分になります。

競技規則はもちろん、クツブの魅力、指導者の役割、指導の実際と留意点など実技を中心に行われました。

昼食は、会場のみり会館(諫早市)の敷地内にある蕎麦屋さんで食事をしました。

最後まで和気あいあいとした講習会でした。

今後、長崎県内各地で普及ができるのではと楽しみにしています。



「レクほうだい」実施します

「レクほうだい：オンライン遊びの会」を12月以降定例で実施します。研修会に参加するには、距離的なハードルもある離島部を抱える本県にとって一つの試金石と考えています。



	時 間	予定している内容
12月21日(火)	20:00～21:30	ボードゲームでオンライン
1月18日(火)	20:00～21:30	伝えるオンライン遊び
2月15日(火)	20:00～21:30	こんなことしてみました
3月15日(火)	20:00～21:30	リクエスト大会・お悩み相談

- Zoomを使います。ご自分のPCに無料のZoomをインストールしてください。通信料は自己負担です。
- 長崎県レクリエーション協会がホストとなって、運営します。
- 参加希望の方は、県レク事務局平山までメールで連絡願います。Zoomの招待メールを送ります。メールのURLをクリックしていただくとつながります。
- 事前に接続のテストをしたい方はメールにお書きください。
- 県内外、資格の有無は問いません。
(興味関心のある方は、事務局担当平山まで尋ねください。)

レクリエーション協会は皆さんを応援します

長崎県レクリエーション協会では、皆さんのスキルアップやレクリエーションについての支援を行っています。

① 講師派遣

職場でのレクリエーションに関する研修の講師やレクリエーション支援についての派遣を行っています。

例：子ども会やPTA行事を楽しくやりたい。サロンでやるレクリエーションを学びたい。

② レクリエーションの道具貸出し

ゲームやニュースポーツの道具を有料でお貸ししています。その際、大会の運営やルールのみなび方などを助言させてもらっています。

例：モルックをPTA行事でやりたいのです。学童クラブの球技大会でスポーツをやりたいのです。



気軽にお尋ねください。



つなげています
スポーツへの想い

スポーツくじの収益は、
日本のスポーツを育てるために
使われています。

スポーツくじ **toto** **BIG**