

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/

ウィズコロナからアフターコロナへ

新型コロナウイルス感染症のニュースを聞かない日はなく、これが日常となってきました。第6波と言われる流行の波はスケールが違う高さになっています。このことで、対面での人と人とのコミュニケーションの深化をレクリエーションやスポーツによって進めている私たちの活動の幅が大きく狭まっています。

さて、新型コロナウイルス感染症の発症が普通となっている社会での活動が、「ウィズコロナ」です。ここでは、三密を避けてのアクティビティの選択を行い、はじめや終わりの手指の消毒、観客の制限などを行って事業を進めてきました。

では、新型コロナウイルス感染症の流行が一段落をした社会「アフターコロナ」では、コロナ前に戻るのでしょうか。12月に参加した街づくりの研修会では、「コロナ前の社会に戻るのではなく、次に来る予定だった時代が加速度的に来る」と言われました。

このアフターコロナでのスポーツ・レクリエーション活動は、多様な学び方、多様な研修の方法を伴ってくると思われます。その大きな変化は、すでに始まっているようです。例えば、オンライン研修です。本県のように、離島を多く抱えている場合、本土（例えば長崎市）で開催する研修に参加する場合は、前

泊・後泊が必要になったり、交通費が多くかかったりします。それがオンラインならば、通信費のみの負担で済むという大きなメリットがあります。また、感染症を心配することなく研修に参加できるメリットもあります。参加する皆さんには、パソコンや通信環境（インターネット環境）が事前に必要となります。

レクリエーション活動がすべてオンラインで学べるとは考えておりませんが、アフターコロナに備え、今後、新たな提案をしてまいります。現在進めている「レクほうだい：オンライン遊びの会」をもとに、有料オンライン講座（離れていても学べるレクリエーション活動）事業構想が進んでいます。



2021年度レクリエーション・インストラクター養成講座修了

17名の新インストラクター誕生

通信教育を取り入れた講座に戸惑いながら、受講生・講師・スタッフのチャレンジの日々…みんなが成長した2021年レクスクールでした。

皆さんお疲れ様でした、そして資格取得おめでとうございます。

ここにお二人の受講生にコメントをいただきました。



宮下 みつえ

主婦の私がレクリエーション・インストラクターを勉強しようと思ったのは、10年前の入院がきっかけでした。

運良く退院できた私は色々なことを勉強しました。スピリチュアルなことからハンドマッサージ・傾聴 色々。

心を元気にするにはいつも方法があっただけだと思いました。

私はずっと運動をしてきました。体を動かすのは大好きで、それで元気が出るということも体験していたし、病気をしたからからこそ身体が元気だと心も元気になってくると実感しています。

私はもっとニュースポーツや運動が苦手な子も楽しめるe-エクササイズ等を勉強して参加した人が楽しんで帰ってくれるようなイベントが増えるといいなあと思っています。

皆さん!またどこかでお会いしたいですね♪ありがとうございました。



「レクリエーションを通して学んだこと」

戸畑 太一

私は、現在長崎市社会福祉協議会で働いています。ここでは高齢者ふれあいサロンやふれあい食事サービスなどに参加する機会が多くあります。

その中でレクリエーションや役に立つ話をしてほしい・・・とお願いされるのですが、私自身人前に入る事が得意ではありませんでした。そこでこのレクリエーションスクールをすすめられ受講しようと思いました。

レクリエーションスクールで理論や実技を学ぶ中でまず驚いたことは、講師の方々はとても入念な準備をしているということでした。私の中のレクリエーションのイメージは即興でその場を盛り上げるというものでした。

しかし、学んでいくうちにレクリエーションはしっかりとした理論と実技のうえに成り立っているということがわかりました。レクリエーションは、理論だけを学んだとしても現場で起こる予想外のハプニングに対応できず、また実技だけを培ったとしてもそれが本当に対象者に適切なものかどうか分かりません。理論と実技のバランスが難しいものだとなりました。

このレクリエーションスクールを第一歩として今後も学んでいきたいと思っています。

「レクほうだい」やってみませんか?

10月～1月の「レクほうだい」に参加された方の感想です。



松本 佳子

長崎県

楽しい時間を過ごせましたし、県外の方、初対面の方とも一緒にゲームが出来て嬉しかったです。ゲームは、リモートであってもチーム戦が出来て、それが更に面白かったのが驚きでした。あの時にいろいろと話したことは勉強になりました。



上野 祥子

熊本県

長崎発の「レクほうだい」とても楽しみ。県を越えて仲間と集う事も最高です。



砂橋 昌義

広島県

コロナ禍で人間交流の機会を失い、対面での交流の重要性も体感しました。この機会に対面に負けない交流術を発見したいですね。



平山 百合子

長崎県

県外の方々と話をすることができてよいと思います。レク財の勉強だけでなくいろいろな話がきけて良い場所です。会場への往復の時間が不要なのがいいですね。県内の方が増えたらいいですね。



田中浩一郎

長崎県

最初はリモートでレク!?と驚きました。でも、知ってる遊びをアレンジだけでこんな楽しみがあったのか!と新たな発見ができます。地域を飛び越えてたくさんの人と出会うというのも魅力の1つですね!レクほうだいにはたくさんの方の魅力、楽しさがあると私は思います。



松本 きぬ子

長崎県

「し」がつくもの持ってきて…私は「醤油」をパソコンの前に持ってきた!とても面白い取り組み!思わずはまってしまい時間がたつのも忘れてしまった。他県の仲間との交流もコミュニケーションツールとして有効だと思う。

加盟団体紹介

長崎県ペタンク協会

「ペタンク」は生涯スポーツとして老若男女が「いつでも、どこでも、だれとでも楽しめる」もので余暇を充実させる最適なスポーツといえます。ペタンクは筋書きのないドラマ、1球投げる毎にボール、ビュットの織りなす悲喜こもごもの展開がペタンカーの心を捉えて離さない、又時間とともにグラウンドの微妙な変化がテクニクを狂わせてしまう、それが強いものがいつも勝つとは言えない所以です。全国大会、九州大会、西日本大会、国際大会も開催されており、それを目指して練習に励んでおられる方も「長崎県ペタンク協会」に在籍されています。

2018年には諫早市で「日本ペタンク選手権全国大会」が開催され大会前日には、前夜祭が行われ全国各都道府県の代表選手の皆さんと楽しい交流が出来ました。

長崎市・諫早市・大村市 島原市・雲仙市・南島原市・壱岐市・五島市、時津町とそれぞれ各地区で集まって楽しく練習をしております。(もぐもぐタイムあり。)練習を見かけたら是非お立ち寄りください。



レクリエーションの紹介

★ 新聞紙でつくるフライングディスク ★

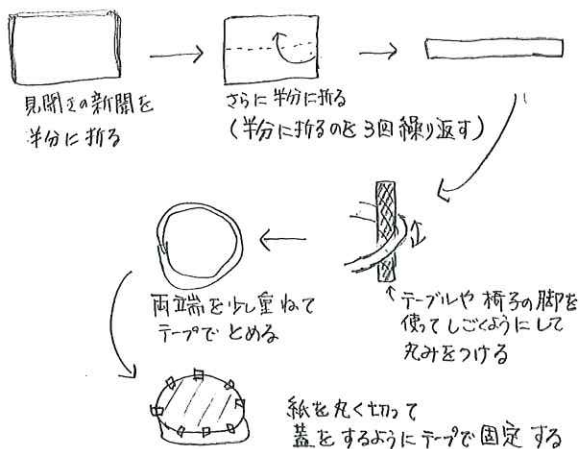
対象：児童

集団：個人、集団遊び、チーム戦も可

材料：新聞紙1枚、ふたになる広告用紙、セロハンテープ



〈新聞紙ディスク〉



楽しみ方

- 作って遊ぶ
- できた新聞紙ディスクで遊ぶ
ボーリング、キャッチあそび等
- 遊びを考える

ポイント

- ★ ふたは、カラフルな広告紙が良い
- ★ 止めるテープは外周をまくというより8カ所程度が良い
- ★ 円盤の丸みをつけるところがミソ
- ★ 形はきれいな円盤でなくても十分飛ばせますから大丈夫です

★ 近くの公園でも遊べるモルック ★

対象：児童、生徒、大人、高齢者

集団：個人対抗、チーム対抗

材料：モルックセット、点数表



楽しみ方

- **ルールは簡単です。**
点数が書いてあるスキttlを1本倒せばその数が点数に 複数倒すと、倒した本数が点数に 合計点数が50点ちょうどになったプレイヤーが勝ち 50点を越した場合は、半分の25点から再スタート 等
- **場所**
運動場のような開けた平らな場所が良い
- **遊びを考える**
親子対抗とか家族対抗もできる
- **道具**
県レクには14セットそろえてあります 貸し出しができます(有料)



長崎県レクリエーション協会より **お知らせ**

2022年度公認指導者個人正会員を募集します

長崎県レクリエーション協会では、毎年公認指導者個人正会員を募集しています。本会の趣旨に賛同された方で、所定の個人正会員費を納められた方には下記の特典があります。(公認指導者個人正会員会費1年間 10,000円)

- ① 毎年2月初めの時期に開催されているレクリエーション指導者研修会(フォローアップ研修会)の参加費用が無料となります。そのほか一部研修会で個人正会員割引が適用されます。
- ② 本会所持のスポーツ用具などが一定回数無料で借りることができます。
- ③ 日本レクリエーション協会などから配布されるリーフレットや情報の一部を優先的に受け取れます。
- ④ 個人正会員として総会に出席することができます。



レクリエーション・インストラクター養成講座講師研修会

長崎県レクリエーション協会では、レクリエーション・インストラクター養成講座の講師を希望している方を対象に研修会を次年度に開催します。オンライン講座も予定しています。回数は、2回程度です。参加希望者は、長崎県レクリエーション協会事務局に連絡願います。いずれも有料です。

第1回：令和4年 5月14日(土)
13:00～ オンライン
第2回：模擬授業を予定しています。

公認指導者の皆さんを支援します

長崎県レクリエーション協会では、会員などからのレクリエーション相談に対応しています。下記の例を参考にしてください。

Q：子ども会のレクリエーションをどうしたらよいですか。

A：長崎県子ども会育成連合会の専門委員につなぎました。新型コロナウイルス感染症対策や少ない人数での遊びなど、オンラインで相談会を行いました。結果的にはその内容は実施できませんでしたが、県教委生涯学習課派遣の「土曜学習応援団制度」を使い、公認指導者の皆さんが支援に行きました。

Q：PTA事業で何をしたらよいでしょう

A：新型コロナウイルス感染症のことも心配で、「PTA事業が実施しにくい」「野外で親子で遊びたい」などのリクエストに「家族対抗モルック大会」を提案させていただきました。約90人が集まったモルック大会を楽しめたそうです。



FAX 送信票

FAX : 095-842-0101

スポーツくじ

10000
FOR ALL SPORTS OF JAPAN

BIG

「レクながさき」読者アンケート

現在の「レクながさき」は、スポーツ振興くじ助成金を受けて年4回発行しています。今後のより良い情報誌づくりのため、皆様の率直なご意見をお聞かせください。今回レクながさきのアンケートの回答は、令和3年3月28日で締め切らせていただきます。ご協力宜しくお願いします。

4年

※□にはでお答えください

1. 性別 男性 女性

2. 年齢

10代 20代 30代 40代 50代 60代
70代 80代以上

3. 職業

会社員 自営業 教育関係 福祉関係 医療関係
学生 公務員 その他 ()

4. 「レクながさき」の内容についての満足度をお聞きします。

非常に満足している 多少満足している どちらともいえない
多少不満である 非常に不満である その他 ()

5. 印象に残った興味があった記事を下記よりお選び下さい。

各事業の案内・報告
加盟団体関係
上記以外の記事 ()

6. 今後、掲載して欲しい記事がありましたら下記よりお選びください。

なお、具体的なものがあればお書きください。
レクリエーション活動 (ゲーム ダンスの解説 ニュースポーツの解説)
事業報告 ()
その他 ()

7. 今後の「レクながさき」への希望、掲載して欲しい記事等がありましたらお聞かせください。

ありがとうございました。

FAXをお持ちではない方は、お手持ちのスマートフォンでアンケートを写真で取り、長崎県レクまでメールでお送りいただいても構いません。
メールアドレス：rec-naga@ngs2.cncm.ne.jp



メールアドレス



つなげていきます 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KJ **toto** **BIG**