

楽しい暮らしをデザインする 2024年10月1日発行(第2号)

# RECREATIONかごしま

スポーツくじ



この広報誌は、スポーツ振興くじの助成を受けて作成しています。

発行：鹿児島県レクリエーション協会

〒890-0062 鹿児島市与次郎一丁目4番20号 鹿児島県総合体育センター-武道館内

(電話) 099-255-0225 (FAX) 099-296-1192 (携帯) 070-7486-1109

(HP) <http://www.kaken-rec.jp/> (メール) [info@kaken-rec.jp](mailto:info@kaken-rec.jp)

## 鹿児島県レクリエーション協会は今年度で創立50周年! 祝



「Q&A」でみる、現在の鹿児島県レクリエーション協会について

Q： 鹿児島県レクリエーション協会はいつできたのですか？

A： 昭和49年(1974年)10月16日に設立されました。事務局は、設立当時と変わらず、現在も、県総合体育センター-武道館内にあります。

Q： 個人会員(公認指導者)はどのくらいいるのですか？

A： レクリエーション・インストラクター(準中級, 中級, 準上級, 上級などを含む)が684人, レクリエーション・コーディネーターが54人, 福祉レクリエーションワーカーが92人, 余暇開発士が8人, スポーツ・レクリエーション指導者が36人となっていて, 延べ人数合計874人となっています。 ※R6年9月6日現在

Q： 団体会員はどのくらいいるのですか？

A： 団体会員として, 企業加盟団体が5社(㈱山形屋, ㈱鹿児島銀行, ㈱南日本銀行, ㈱南日本放送, ㈱ビルメン鹿児島), 課程認定校として6校, 種目加盟団体として28団体, 地域加盟団体として, 地区及び市町レクリエーション協会から17協会が加盟しています。各団体会員は, スポーツ・レクリエーション活動への支援及び企画等を通じて, 県民の皆さまの健康づくりを応援しています。 ※R6年4月1日現在

## 鹿児島県レクリエーション協会創立50周年記念事業について

日時：令和7年2月9日(日)10時～15時30分(予定)

場所：鹿児島県青少年会館ホール及び会議室

詳細が決定しましたら、ホームページでお知らせします。

基調講演：演題…「人生の生き甲斐～Well Being」～世界を旅して考えたこと～

古木圭介鹿児島県レクリエーション協会会長

(古木会長の略歴) 地域創生&ツーリズム・コンサルタント 元鹿児島県観光プロデューサー他

趣味：登山、旅行等 これまでヒマラヤ・スイス等への登山及びヨーロッパ131回、アメリカ27回をはじめ世界各地を歴訪。

分科会：子どもとレク 高齢者とレク 地域におけるレク ※分科会内容は予定



# 県民レクリエーション祭開催

～秋の一日…多くの方の参加をお待ちしています～

2年ぶりの  
開催です



## 第40回 県民レクリエーション祭

期 日：令和6年 10月20日(日) 〈小雨決行〉

参加費：無料 ※誰でも気軽に参加できます

広げよう レクの和  
おおすみの風と友に



# フォーエバー

### 日程

8:30～9:00

受付(来賓・被表彰者)

9:00～9:40

総合開会式・アトラクション  
(串良平和アリーナ)

9:40～10:00

各種目会場へ移動・準備

10:00～13:00

各会場及びブースでの体験活動 (自由に好きな種目を体験してください!)

### 会場

種目と会場については裏面をご覧ください



### 趣旨

県民参加によるレクリエーションのつどいを開催し、参加者相互のふれあいの中で連帯感を育み県民の健康増進と明るく豊かな生活の実現に寄与するとともに、「マイライフ・マイスポーツ運動」の推進に資する

### 主催

鹿児島県 鹿児島県教育委員会  
鹿屋市 鹿児島県レクリエーション協会



### 主管

県民レクリエーション祭実行委員会  
県レクリエーション協会種目団体及び地域団体



県レク協会ホームページ



| 番号 | 種目名   | 内容  | 連絡先  | 会場                     |
|----|---|---|--|------------------------|
|    | 総合開会式   | 開会行事 表彰式他<br>【時間】 9:00~9:40   | ☎099-255-0225<br>(レク協会事務所)<br>☎070-7486-1109(当日) |                        |
| 1  | スポーツチャンバラ    | エアソフト剣を使う競技です。子供から大人まで、初心者から武道経験者まで楽しめます。                                     | ☎090-5298-4820<br>(井川)                           | 串良平和アリーナ<br>(フロア内ブース)  |
| 2  | ユニカール        | 初心者講習をして交流試合をします。   | ☎080-5200-5727<br>(青山)                           |                        |
| 3  | 武術太極拳        | 保健体操で体をほぐし、太極拳を楽しみながら体を動かしてみませんか。初めてのかたでも気軽に体験できます。                           | ☎090-9569-5998<br>(新原)                           |                        |
| 4  | スポーツウエルネス吹矢  | 初めての方も楽しく参加できます。  | ☎090-5282-8666<br>(徳田)                           |                        |
| 5  | 真向法体操   | 四つの基本動作からなる独自の健康体操で鹿児島県に8ヶ所の修練場があり体験講習もできます。                                  | ☎090-4985-6220<br>(岩川)                           |                        |
| 6  | マジック         | マジックの不思議な力、楽しませる術を一緒に身につけましょう!  | ☎090-4580-6409<br>(片平)                           |                        |
| 7  | パラスポーツ体験     | パラリンピックの種目「ボッチャ」を体験できます!!   | ☎080-9243-8476<br>(鹿児島パラスリートクラブ)                 |                        |
| 8  | ダーツ          | ダーツは40cmの的に3m離れた場所からプラスチックの針がついた矢を投げ点数を競うスポーツです。年齢、性別問わず誰でも楽しめるので体験してみませんか。   | ☎090-8913-1685<br>(戸木田)                          |                        |
| 9  | ニュースポーツ     | 誰でも楽しくできるニュースポーツを体験しましょう。(ラダーゲッター・マンカラ他)                                      | ☎080-6448-3389<br>(西牟田)                          |                        |
| 10 | 課程認定校   | レクリエーション・インストラクター養成課程認定校の出展ブースで色々なあそびを体験しよう。                                  | ☎080-3822-5615<br>(伊達)                           |                        |
| 11 | ソフトバレーボール  | 柔らかいボールを使ったバレーボール。楽しく体験できます。  | ☎090-8406-5184<br>(山ヶ城)                          | 串良平和アリーナ<br>(フロア前方)    |
| 12 | インディアカ     | 赤い羽根のついたボールを手で打ち合う、バレーボールに似たニュースポーツです。1チーム4人制で、初心者でもすぐに楽しめます。                 | ☎080-6409-8768<br>(中俣)                           |                        |
| 13 | ジャズ体操      | 身体も心も動かす体操です。まずは自分自身で動いて感じてみましょう。そして、みんなでやるとどんどん楽しくなります!老若男女、初めてのかたも安心して動けます。 | ☎090-4773-7419<br>(船川)                           | 串良平和アリーナ<br>(フロア隣接会議室) |
| 14 | エアロビック     | からだを「ひらく・のぼす・ひねる」を中心としたスローエアロビックは誰でも楽しく動ける、優しい運動です。                           | ☎080-1782-3372<br>(山内)                           |                        |
| 15 | 余暇相談  | 余暇活動の相談に応じます。   | ☎090-4993-7135<br>(山下)                           | 串良平和アリーナ<br>(ロビー)      |
| 16 | フォークダンス    |   |  | 細山田中学校<br>(体育館)        |
| 17 | 日本民踊  | 老若男女問わず、誰でもすぐに踊れる楽しい踊りです。皆さんもご一緒に楽しみましょう。                                     | ☎090-7469-1473<br>(上原)                           |                        |
| 18 | レクリエーションダンス   |   |  |                        |
| 19 | ドッジボール     | ふだん行っているシングルボールではなく、世界でおこなわれているマルチボールの体験会を実施します。                              | ☎090-2508-6396<br>(西村)                           | 上小原小学校(体育館)            |
| 20 | フライングディスク  | ディスク版のゴルフ。frisbeeを投げてバスケット型のゴールに入るまでの投数を競う競技です。幼児から高齢者まで三代代と一緒に楽しめます。         | ☎090-2395-0725<br>(有川)                           | 串良平和公園                 |
| 21 | 凧あげ        | 誰でも凧づくりと凧揚げが体験できます。日本各地の凧や立体凧、大凧など珍しい凧を空高く揚げます。お気軽にご参加ください。                   | ☎080-5247-5300<br>(坂上)                           | 平和公園<br>多目的グラウンド       |
| 22 | ペタンク       | 子どもから大人まで初めてのかた、どなたでも簡単にできます。特に高齢者のかたは健康維持を行うことができ、ニュースポーツとして楽しまれています。        | ☎090-5024-9161<br>(松窪)                           | 平和公園屋内練習場              |



# 募集中! レクリエーション・インストラクター養成 公開講座 参加者募集! ~どなたでも参加できます~

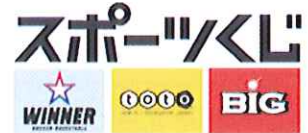
## 令和6年度 レク学苑 公開講座

(レクリエーション・インストラクター養成講座)



どなたでも参加出来ます(^)/

「高齢者の支援現場で使える  
楽しいレクリエーションとその伝え方!」



この講座はスポーツ振興くじ助成金を受けて開催します。

【期日】 令和6年 11月 10日 (日)  
10時~15時30分

【会場】 鹿児島県青少年会館大ホール  
住所 鹿児島市鴨池新町 1-8  
電話 099-257-8226  
※駐車場: 台数に限りあり

【受講料】 2,000円  
(保険・資料代込・当日徴収)

※運動ができる服装筆記具飲料物持参  
屋内シューズは必要ありません。

【主催】 鹿児島県レクリエーション協会

### 【内容・講師】

- ◇ 9:30~10:00 受付
- ◇ 10:00~12:00 (開講式・レクリエーション後開始)

「作って使う介護予防アイテム」

「新作歌体操」

- ◇ 12:00~13:00 昼食

- ◇ 13:00~15:30

「すぐに手に入るもので、アレンジゲーム」

「名前を読んで呼ばれて返事して」

\*介護の現場や介護予防で活用出来るレクリエーション  
活動を楽しく学びましょう!



### \*\*講師のご紹介\*\*

高齢者、障害者の運動や介護予防・認知症予防のレクリエーションのプログラム、特に音楽を使って笑顔と健康を作り出す活動を楽しく展開中。大学非常勤講師や健康教室・いきいきサロン等講師。日本ミュージックケア・ワーカー、レクリエーション・コーディネーター、障害者スポーツ指導員他

【講師】 上野 祥子 先生

一般社団法人熊本県レクリエーション協会 理事長

### 【申込み・問い合わせ先】

下記に記入しFAX・Mail・郵送、又は右記QRコードで10月31日(木)迄に申し込む。

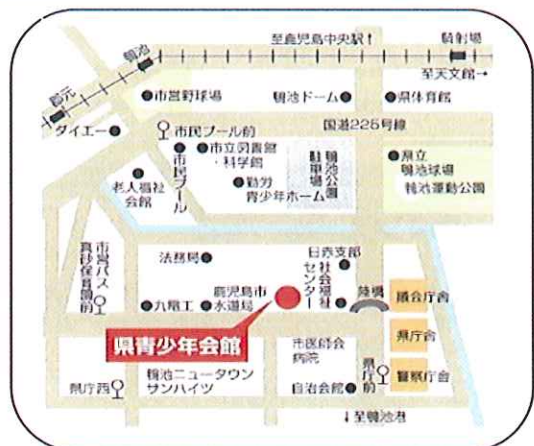
鹿児島県レクリエーション協会

〒890-0062 鹿児島市与次郎 1-4-20 県総合体育センター武道館内

電話 099-255-0225 FAX 099-296-1192

メール info@kaken-rec.jp 携帯 070-7486-1109

※弁当(500円税込)の注文を受付けます(希望者・当日徴収)



### 【令和6年度 公開講座申込書】

⟨FAX 099-296-1192⟩

※傷害保険加入のため必ず年齢をご記入ください。

| 氏名   | 住所 | 電話番号 | 年齢 | レク資格 | 弁当 |
|------|----|------|----|------|----|
| フリガナ | 〒  |      |    | 有    | 要  |
|      |    |      |    | 無    | 不要 |

※この個人情報は当事業以外には使用致しません。なお受講決定の通知は原則として行いませんのでご了承ください。



# 報告 教職員等レクリエーション研修会を開催しました

昨年度好評だった「教職員等レクリエーション研修会」を今年も開催しました。今年度は、「子どもに楽しさを！面白さを！愉快さを！」をテーマに応募したところ、教職員だけではなく方も含めて、32人の方が受講してくださいました。

「子どもたちとの接し方や声かけやコミュニケーションの取り方を実践的に学びたい」「親子や地域で楽しめるちょっとしたレクを知りたい」など、これらの悩みを解決するために、多様なレクリエーションの分野から内容を精選し、2学期から、いや、明日からでもすぐ使えるような研修プログラムで実施しました。終始笑いの絶えない、学びのある研修会となりました。

- 1 日時：令和6年8月19日（月） 9：00～16：00
- 2 場所：鹿児島市谷山市民会館
- 3 主催：（公財）日本レクリエーション協会 鹿児島県レクリエーション協会
- 4 講習内容：（1）教育現場におけるレクリエーションの活用や段階的な指導法  
 （2）「仲間づくりや雰囲気づくりに生かす」アイスブレイキングの理論と実技研修  
 （3）遊びを運動に「元気アッププログラム」の実技研修  
 （4）「子どもと信頼関係を築く」ホスピタリティの理論と実技研修  
 （5）子どもを元気にする「運動遊び」の実技研修



○ 共感をとおして子ども同士の心が通い合うレクリエーション活動の紹介

<活動名1：振り返ってこんにちは>

- ① 2人組をつくり、背中合わせになって立つ。（触れ合わないよう少し離れる。）
- ② 「セー」でお互いが「こんにちは」と言いながら振り向く。
- ③ 右から振り向くか左から振り向くか、同じ方向から振り向いて顔が合ったらハイタッチする。



**受講生の感想より** ○ 自然と笑顔になれるレクリエーションで楽しく研修できました。子どもたちならもっと楽しめて、集中できそうだと思います。自分の学級は、特別支援学級なので、生活単元や自立活動に取り入れてみたいと思います。

○ 実技に加え、そのレクリエーションの目的や意図などを交えながら聞いたので、具体的な場面が思い浮かびました。また、理論や考え方も学べてよかったです。

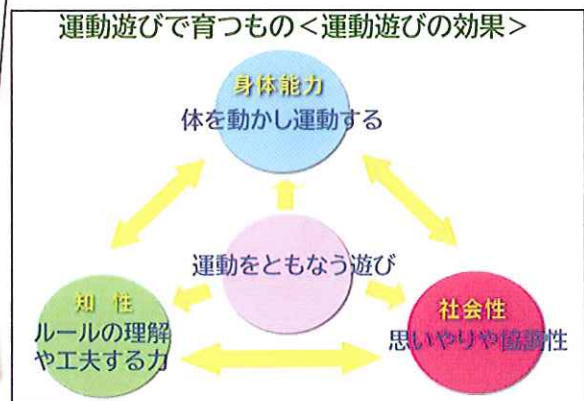
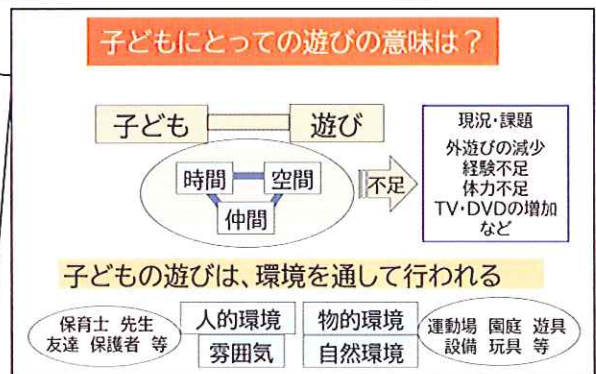
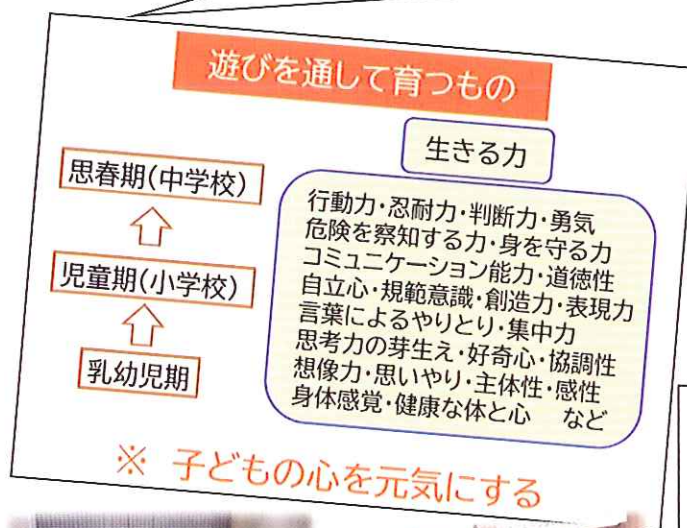
○ 子どもたちといかにコミュニケーションを図るのか？年々難しさを感じていたので、とてもたくさんヒントを得られたような気がしています。



# 報告 レクリエーション・インストラクター養成講座 (公開講座)を実施しました ※toto 助成事業

今回の公開講座は、福岡こども短期大学こども教育学科で、レクリエーション講義等を行っておられる、瀧 信子先生に「子どもの主体性を引き出すあそびの支援法を楽しく学ぼう!」というテーマのもとに、多くの方に集まっていただき実施しました。

- 1 日時 令和6年8月25日(日) 10:00~15:30
- 2 場所 鹿児島県青少年会館ホール
- 3 主な内容
  - (1) いろいろな遊びを体験しよう 「ゲーム」「歌あそび」「ダンス」等
  - (2) こどもの体力・運動能力の現状と取り組みを知る
  - (3) 新聞紙を利用して遊んでみよう ~こどもの主体性を引き出す指導法~



- 受講生の感想より**
- 遊びを通じて団結力の高まりや心の健康、ストレス解消につながる事を再認識しました。最初は恥ずかしかったが、後は時間の経過を忘れました。
  - こどもが楽しむためには、まず大人が思いっきり楽しむ!大人がおもしろさ、楽しさ、危なさを知ってはじめて、子どもたちと思い切り遊べると思います。
  - 遊びを通して、これからの子どもへの寄り添い方が分かりました。
  - 新聞紙を使った多くのゲームは、すぐに使えると思いました。アレンジも考えてみたいと思います。



# 報告 高齢者の元気づくり支援者養成講座～「奄美市AiAiひろば」～

高齢者の元気づくり支援者養成講座を、6月30日(日)に奄美市で開催しました。「心も身体も脳もいきいき元気！楽しいレクリエーション」を合言葉に、広島県在住で、NPO法人いきいきアクティビティーサービス理事長の奥田祐子先生をお招きして、実施しました。

講義の内容はもちろん、奥田先生の元気さや人柄、話術、表情…すべてが参考になった受講者が多かったようです。

## 【内容】

- 「身体の虚弱」「こころ／認知の虚弱」  
「社会性の虚弱」にアプローチできる  
①音楽・歌体操 ②手指を使った活動  
③五感を刺激する活動  
④みんなでできるゲーム ⑤クラフト

※ 介護現場や介護予防で活用できる「フレイル予防や可逆のためのレク活動」を楽しく学びましょう！



**受講生の感想より** ○ 先生の元気に、私も大声で笑ったり、利用者さんと楽しく頑張ったりしたいと思いました。とても勉強になりました。

○ 「身体の不自由さより、心の元気度で人生の質が保たれる」この言葉にあらためて共感しました。最後まで笑顔、笑いの絶えない先生の姿勢にプロとして学ぶことが多くありました。

○ 行動には必ず意味があるということを再度、認識した一日でした。本日の養成講座のことを仕事場に持ち帰り、利用したいと思いました。

**(編集後記)** 本年度の広報誌の第2号を発行することができました。今回の紙面の内容を振り返ると、あらためて協会主催のイベントが、コロナ前に戻ってきたなと感じたところです。

来年2月には、県レク協会創立50周年記念事業を実施する予定です。引き続き準備を進めていきたいと考えていますので、講演や分科会などに御参加いただけたら幸いです。

広報誌へのご意見やご感想、アイデア等もお待ちしております。



鹿児島県レク協会



日本レク協会



レクほ

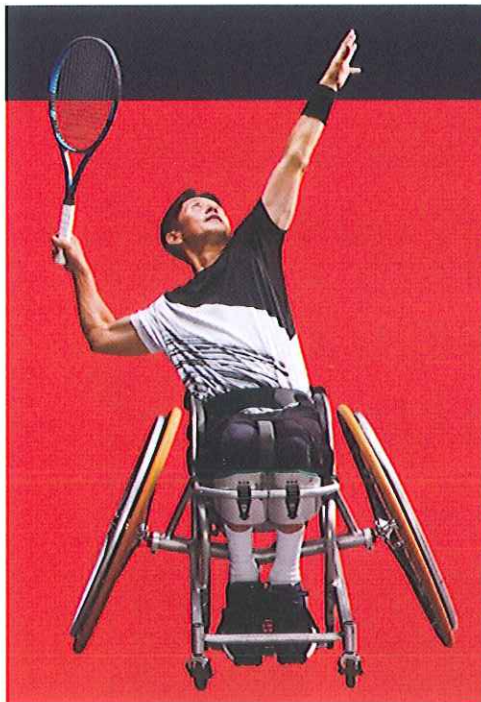
企業加盟団体 (株)山形屋・(株)鹿児島銀行・(株)南日本銀行・(株)南日本放送・(株)ビルメン鹿児島

【※スポーツ・レクリエーション活動の支援をとおして、県民の皆様のご健康づくりを応援して頂いています】



# すべての スポーツに エールを

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。



くじを買うはエールになる

スポーツくじ

