

# ふれあいレクリエーション おおいた

第67号

発行日 2022年1月1日  
発行者 大分県レクリエーション協会 広報部  
事務局 大分市大字横尾4225番地  
大分県森林づくりボランティア支援センター内  
TEL・FAX 097-535-7349



## 新年挨拶



今年こそは3年目の正直!! 絶対コロナに勝つ!!

大分県レクリエーション協会  
会長 古井久和

令和4年の輝かしい新年を迎えお慶び申し上げます。

今年こそは、今年こそはと、「新型コロナウイルス」の収束を新年のご挨拶で申し上げてきましたが、状況の違いはあるものの今年も新型コロナウイルスの収束を祈らざるを得ません。あらたに感染力の強い新変異株「オミクロン株」の拡大の懸念が強まっており、お正月以降の人流などにより、どのように変化していくのかとても心配しています。私たちに出来ること「三密の防止」、「手洗い・うがい・換気の励行」、「マスクの着用」を継続し、国や行政の出す情報に敏感に対応していくことが大切だと思います。

さて、レクリエーション活動につきましてはこの2年間、生活様式の変化とともに人間関係や社会性が見直しが行われ、コロナ禍での新しいレクリエーションも創造されてきました。しかし、全国レクリエーション大会が2年連続で中止や延期となり、都道府県レク協会や地区レク協会の関わる多くの事業が中止となっています。

大分県レクリエーション協会では、これまで令和2年度レク・インストラクター養成講座、令和2年度および3年度県民すこやかスポーツ祭、令和2年度受託事業等の中止や規模を縮小して実施するな

ど大変な苦勞がありました。このような状況の中、令和3年度事業につきましては感染防止を徹底する中で、知恵を出し合い、何とか開催にこぎつけています。しかし、感染状況いかなる中止せざるを得ないという不安を常に持っています。私たちにとりまして最もつらいことは、会員同士が安心して会えない、語れないことです。仲間の笑顔が見えないのはとても寂しいことです。

今地域では高齢者の虚弱化が加速しているといわれています。集会や軽スポーツが規制され、生活が不活発になり、コミュニケーションが減った方が急増しています。行政もフレイル対策として取り組みを進めています。コロナが落ち着けば、すぐにレク協会の出番が来ると思います。コロナ禍で蓄積したノウハウを基に、再びレクリエーションを通して地域の健康づくりにご活躍いただくことを期待しています。

今年こそは何としてでもコロナに打ち勝ち、平穏な状態で思い切りレクリエーション活動ができればと強く思っています。県レク協会傘下の各地区協会および種目団体の皆様方のご活躍とご協力をお願い申し上げます、年頭のあいさつとします。



## あなたと県レク協会をむすぶホームページ

大分県レクリエーション協会ではホームページを開設し、情報の公開をするとともに、受講等の申込受付などを行っています。皆さんと県レク協会をむすぶ窓口として、ぜひご活用ください。ホームページはスマートフォンからもご覧になれます。

大分県レクリエーション協会 





## 受賞おめでとうございます



### 日本レクリエーション協会表彰

#### 令和3年度 レクリエーション運動普及振興功労者表彰

永年にわたりレクリエーションの普及振興に尽力され、多大な功績を上げたレクリエーション関係者を「レクリエーション運動普及振興功労者」として、公益財団法人 日本レクリエーション協会理事長から表彰状および記念品が贈られました。

#### 国東市レクリエーション協会 有馬 孝氏



国東市レクリエーション協会において、永年にわたり行政や社会福祉協議会等との連携を深めるとともに積極的に関わり、レクリエーション運動の普及振興に多大なる貢献をいただいております。

また、国東市レクリエーション協会の副会長、会長を歴任され、組織の基盤づくりと資格者の育成、地域のレクリエーション活動の発展にご尽力をいただいております。

2019年にこれまでの功績が認められ、県レク協会の副会長に就任いただき組織体制、人材育成、事業計画、行政や地域団体との連携等に積極的に取り組んでいただいております。



日レク表彰について…

本来であれば、令和3年9月に福島県で開催の「第75回 全国レクリエーション大会 2021 福島」の総合開会式で表彰される予定でしたが、「コロナ禍」により大会が中止となったことから、「レクルー」紙上での表彰発表となりました。

### 大分県レクリエーション協会表彰

#### 令和3年度 第41回 大分県レクリエーション大会 大分県レクリエーション協会会長表彰

令和3年11月21日、大分市の高尾山自然公園で開催された「令和3年度 第41回 大分県レクリエーション大会」の開会式において、永年にわたりレク活動の普及振興に貢献された4名の方々が大分県レクリエーション協会会長表彰を受賞しました。

#### 衛 藤 仁 美 氏 (大分市レクリエーション協会)

大分市レク協会の理事として運営に関わり、レク・インスト、音楽レクリエーション等の技術を活用して福祉施設への慰問、支援を継続実施。市、県レク協会事業のスタッフとして多大なる貢献をいただいております。

#### 濱 田 つや子 氏 (日田市レクリエーション協会)

レク・インスト、スポーツレク指導員等の資格を取得。日田市レク協会の役員として運営に関わり、地域の子どもから高齢者までの指導をされるなどレク運動の発展、普及振興にご尽力をいただいております。

#### 松 木 きよ子 氏 (国東市レクリエーション協会)

永年にわたる老人保健施設勤務で培ったノウハウが認められ、県中央や国東市等で数多くの講師実績がある。レク・インスト資格の活用で子どもから高齢者まできめ細かい心配りの指導は好評をいただいております。

#### 安 藤 一 治 氏 (大分県ペタンク連盟)

永年にわたりペタンクに関わり、地域協会や県連盟会長等の役職を歴任。生涯スポーツ、健全な活動の普及振興に尽力され、積極的な取り組みで会の運営、発展に多大なる貢献をいただいております。

令和3年度

# 第41回 大分県レクリエーション大会

令和3年11月21日（日曜日）

大分市・高尾山自然公園

大分県レクリエーション大会が令和3年11月21日、高尾山自然公園で開催され、県内各地区協会および各種目団体の皆さんが参加して楽しい一日を過ごしました。開会式では日レク表彰伝達式および県レク表彰が行われました。前半はペタンクとターゲット・バードゴルフ。種目団体の皆さんの指導を受けあちこちで楽しい歓声が響きました。後半は松元理事長指導による健康エクササイズ体験。続いてのゲームアニマルハンターではおおいに盛り上がりしました。最後はお楽しみお宝ゲット！事務局が集めたたくさんのお宝。全員にお土産がわたった後、一齐に包装をオープン！広い公園から高尾山の森いっぱい歓声が上がりました。全ての種目に心地よい汗と運動量を織り込んだ内容に、皆さんの笑顔があふれる大会になりました。

ターゲット・バードゴルフ



ペタンク



認知予防エクササイズ



アニマルハンター



お宝ゲット



# サロン支援者のためのリーダー講習会 第7弾!!

「楽しさをおとした心の元気づくり」…コロナ禍にあっても「心に元気をお届けしたい」と、今年度の講習会は地区協会の役員と協議し、県協会、大分市協会、竹田市協会、日田市協会との共催で、地区協会の特性をいかした講習会を3会場での開催することを計画し、竹田会場、日田会場は地域の多くの皆さんの参加をいただき盛会となりました。8月22日開催を計画していた大分会場は市中にコロナがまん延し、中止となりました。

## 竹田会場

令和3年度赤い羽根共同募金助成金事業

令和3年10月3日(日曜日) 10時～15時  
竹田市体育センター

- ① アイスブレーキング
  - ② ニューゲーム屋台村  
テーブルカーリング・スマイル射的・マンカラ  
安全ソフトダーツ・漢字あわせ
  - ③ 思い出カルタ
  - ④ ハンドベル演奏会
  - ⑤ 身近なもので楽しめるレクリエーション
- ☆ サロンで使えるレク財見本展示

## 日田会場

令和3年10月17日(日曜日) 10時～12時  
咸宜公民館

- ① アイスブレーキング
  - ② ニューゲーム屋台村  
テーブルカーリング・スマイル射的・マンカラ  
漢字あわせ・オーバルボール・ダーツ
  - ③ 思い出カルタ
  - ④ ハンドベル演奏会
- ☆ サロンで使えるレク財見本展示



マンカラ

スマイル射的



オーバルボール



漢字合わせ



竹田市レク協会  
レクリーダー



テーブルカーリング



ハンドベル演奏会

# 課程認定校研修会



令和3年7月4日(日)

会場…別府大学

(注)7月4日は、課程認定校とレク・インストラクター受講生との合同研修会を開催

令和3年9月19日(日)～20日(祝)

会場…別府溝部学園短期大学



## 大分スポーツ公園 ありがとう! 20周年! みんなのスポーツデー

令和3年11月23日(火曜日・祝日)

(昭和電工ドーム大分)

(昭和電工武道スポーツセンター)

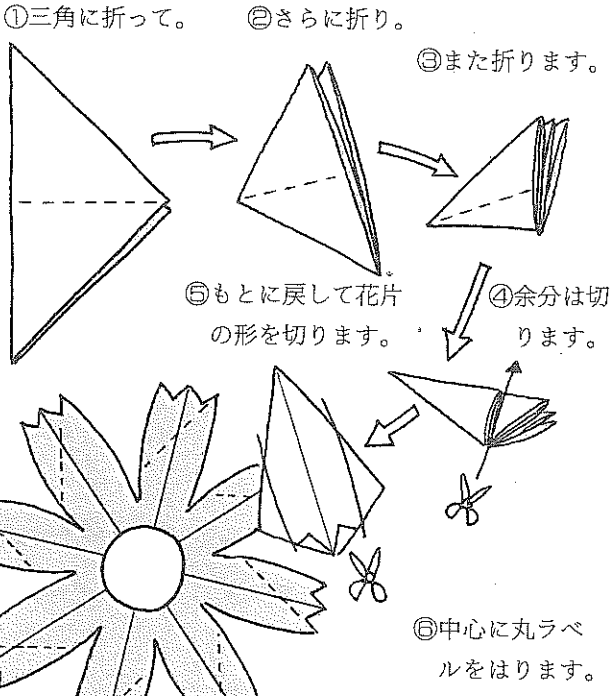


# ワンポイントレッスン

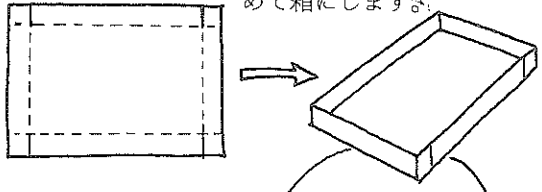
# まわれコスモス

○用意するもの 小さなおりがみ (7.5cm 角)  
はさみ、ホッチキス、丸ラベル  
画用紙 (八つ切りの半分)

○留意点 花片を一方向に曲げて回転させます。  
○効果 強く吹くとくっついてまわりません。そっと吹いて、まわしつづけるようにコントロールします。



画用紙のへりを折って四隅を切りこみ、ホッチキスでとめて箱にします。



ひざの上に箱を置き、花の中心を上からそっと吹くとクルクルクルクルッとまわります。



## アイスブレイク資料

## 買い物拍手

- 人数 何人でも可
- 隊形 リーダーを前に扇型が展開しやすい
- 準備 特になし
- 時間 4分~5分



### 遊びかた

- ①「さあ、みんなで魚屋さんへ買い物に行きましょう。私が魚屋さんで売っているものを言ったら、すばやく1回拍手してくださいね。では練習してみましょう。タイ! (拍手) カツオ! (拍手) ...その調子です」などと言いながら導入する。
- ②リーダーは、参加者に魚屋さんで売っているものの名前であれば必ず拍手し、売っていないものに拍手をするとミスになることを念を押して確認する。
- ③リーダーは拍手のテンポを速く、なるべく大きな動作できるように指示するとよい。
- ④「サンマ」「タコ」「イカ」「タイ」「メダカ」などとテンポよく続けると「メダカ」で拍手する人が出てきて笑いを誘うことができる。

### ポイント

- ◎このゲームは、参加者の間違いを引き出すことによって笑いを引き出し、周囲をなごやかにする特性を持っている。したがってリーダーのリズミカルな名前の発声、テンポの速め方は重要なポイントとなる。
- ◎魚の名前の順番を工夫したり、発音が似ているものを続けて言う。例えばサンマのあとにメンマ、サバのあとにソバなどの方法も含めて、自分なりの落としどころを考えたシナリオをつくとよい。
- ◎売っている物に拍手する時に、同時に「買った!」という大きな声を出すよう条件を加えるのも効果がある。同様に「パン屋」「八百屋」「コンビニ」などのバリエーションをつくるのも楽しい。

第48回 レク支援者のためのフォローアップ講習会

# レク現場での安全管理と心の元気づくり

【日程】	時間	10時～12時	13時～15時
内		レク指導者のための安全管理	春を楽しむ音楽会
容		安全管理(座学) 三角巾での応急手当(実技)	♪ 聞いて… ♪ 歌って… ♪ 動かして…

(注) 講師の都合上、午前と午後のプログラムが入れ替わることがあります


- 主催 大分県レクリエーション協会
- 日時 令和4年3月6日(日) 10:00～15:00 (受付 9:30～)
- 場所 大分市・鶴崎公民館 大分市東鶴崎1丁目1番7号

4. 参加費	① 一般	3,000円
	② レクリエーション関係有資格者	2,500円
	③ 3年度県レク協会会費納入済会員	2,000円

コロナ感染拡大防止策を徹底して開催!!

- 申込先 大分県レクリエーション協会

(問合先)

郵送… 〒870-0126 大分市大字横尾4225番地 大分県森林づくりボランティア支援センター内	Tel・Fax … 097-535-7349
	E-mail … rec-oita@iaa.itkeeper.ne.jp
	home page … 大分県レクリエーション協会 

- その他 ①集会室用上靴・動きやすい服装でご参加下さい  
②昼食、飲料水などは各自でご準備下さい

理論が減少、実技・演習・実習が増加…即、現場で活かせる!!

2022年度 受講生募集

## レクリエーション インストラクター養成講座



- 研修期間 2022年4月16日(土)～2023年2月18日(土)  
・開催日…原則 第2土曜日および第4土曜日の月2回 ・時間…13時～16時
- 研修会場 大分県森林づくりボランティア支援センター(研修室)  
★住所…大分市大字横尾4225番地 (「昭和電工ドーム大分」近くの高尾山自然公園内にあります)  
・研修内容により会場を変更することがあります ・詳細は「カリキュラム」といっしょにお知らせします
- 募集定員 70名  
・定員になり次第締め切ります(受講申込者多数のときは先着順とします)
- 募集期間 2022年2月1日(火)～3月31日(木)  
・募集定員に満たない場合は随時受講受付をします
- 受講料 28,000円  
・テキスト代、宿泊研修費用が別途必要です
- 申込方法 「受講申込書」に必要事項を記入して「大分県レクリエーション協会」までお申込みください



事務局だより

# 謹賀新年

本年もどうぞよろしくお願ひいたします

令和4年 正月

会 長	古 井 久 和
副 会 長	安 部 哲 雄
シ	佐 藤 晴 美
シ	有 馬 孝 人
理 事 長	松 元 義 一
	役 員 純 紀
事務局長	得 丸 子
事務局員	



## 大分県レクリエーション協会事務局

開局日時 火曜・木曜・金曜 09:30~16:30

住 所 〒 870-0126

大分県大分市大字横尾 4 2 2 5 番地  
大分県森林づくりボランティア支援センター内

TEL・FAX 097-535-7349

携帯電話 080-8587-3730 (仲 事務局長)

E-mail rec-oita@iaa.itkeeper.ne.jp

ホームページ [大分県レクリエーション協会](#)

(注) 事務局前の第1駐車場は、公園を早朝から使用する団体等で、10時頃まで「満車」で使用できない場合があります



令和3年4月1日より事務局を高尾山の「大分県森林づくりボランティア支援センター」内に移してから早9ヶ月が過ぎました。通勤は以前に比べ時間がかかりますが、駐車場の心配もなく、まわりは四季折々の木々に囲まれ静けさと森林浴の中、鳥のさえずりに心癒される毎日です。春は満開の桜、夏の木々の緑、秋の紅葉、冬の落ち葉と、四季の移ろいを身近に感じる抜群の環境の中、当初はお昼休みにウォーキングをしてダイエットを…と考えていましたが、まだ一度たりとも実践できていません(笑)

「コロナ禍での安全なレク活動」について検討を重ね、対策を施して、今年度は「レク・インストラクター養成講座」、「サロン支援者のためのリーダー講習会」、「大分県レクリエーション大会」を開催しました。

「サロン支援者のためのリーダー講習会」の第1回大分会場はコロナが市中にまん延したため中止としましたが、第2回竹田会場、第3回日田会場は計画通り開催しました。きこも専門部の皆さんと開催地に向け早朝に大分市を出発しましたが、思わず「遠いなあ…」。大分市開催の各種講習会には各地区協会から参加していただいておりますが、今回逆の立場を経験し、改めて遠距離からの参加に頭の下がる思いがしました。

「大分県レクリエーション大会」は屋外での開催だけに数日前から当日のお天気が心配でしたが、小春日和の上天気に胸をなでおろしました。芝生広場でのペタンク、ターゲット・バードゴルフ、ゲーム等に皆さんの歓声が聞かれ、十分に楽しんでいただけたものと思っています。大分県ペタンク連盟、大分県ターゲット・バードゴルフ協会の皆さんには、早朝よりの準備から片付けまで大変お世話になりました。厚くお礼申し上げます。

新年になり、2月の「クラフト講習会」、3月の「フォローアップ講習会」も事業部がすてきな内容を計画してご案内いたします。是非ご参加ください。お待ちしております。

## レク友倶楽部

### 新年を迎え「福の神」をよぼう!

「福の神」は大きな袋をしょって『幸せ』をいっぱい運んできます。他の神様は身軽だから、家を建てたときには良い部屋にとっとと陣取ってしまいます。「福の神」が来た時には残っているのはトイレだけ。だからトイレをいつもきれいにしている人は「福の神」がいっぱいプレゼントをくれるよ!

「私には福の神がついてるよ」

齋藤一人

備をしてお正月を迎えられた皆さま方、今年はどんなプレゼントを神様からいただくかな?

レクリエーション協会にはインストラクターを屈指して一年間頑張ってきた人たちがまもなく仲間入りしそうです。これも神様からのプレゼント?

昨年は大分県男子が「健康寿命日本一」になりました! これからますます健康で第二の人生を送りたいと願っている人が増えてくることでしょう。私たちレク仲間の出番は益々増えてきそうです。今年もではなく、今年こそコロナに打ち勝っているいろいろなことに…

「レッツ  (トラ)~イ」

お正月には「大黒様」が家々を回って歩き、鏡餅のある家には腰を掛けてお休みいただくとか?  
年末に大掃除をしてトイレもピカピカ、鏡餅の準