

◆やまぐちアウトドア体験会 in きらら

【令和3年3月14日（日） 山口きらら博記念公園 来場者1,100名】

自然豊かな山口県のポテンシャルを活かすアウトドアモデルイベントとして、山口県主催、当協会企画・運営で開催しました。

イベントでは、子どもから高齢者まで、誰もが楽しめるスポーツ・レクリエーションブースや阿武町展示コーナー、モンベルブース、キャンプ協会によるキャンピングブースで、模擬キャンプ体験をしてもらいました。午前中、天気予報に反して小雨が降る天気でしたが、たくさんの方が来場され、どのブースも大変賑わっていました。スポーツテンカ体験会講師で来ていただいたワッキーさん、ガリットチュウさん、くにティさんにも各ブースで、見学・体験をしていただきました。

本イベントを通じてコロナ禍における新たなアウトドアスポーツ・遊びを提案することができました。



♪♪♪楽しいレク財♪♪♪ ~その14~

羽根っこゲーム



羽根っこゲーム 干支セトラ

子どもから高齢者、障がい者・児と一緒に楽しめるレク材に、日本レクリエーション協会開発の「羽根っこゲーム 干支セトラセット」があります。干支が書いてあるシートを使って赤白チームで対戦し、得点の合計点を競います。ワイワイガヤガヤ楽しい時間が過ごせます。参加者からアレンジ案も出て盛り上がります。

それでは遊び方をご紹介します。

- ①ジャンケンして、先攻・後攻を決める。
- ②2～3メートル離れたところから、シートの干支の絵をめがけて羽根を投げる。
投げ方は、アンダースローが望ましいが、障がい等によってはオーバーハンドでも良い。
(シートには点数が記入されていないので、付属の数字カードをあらかじめ置いておく。)
- ③投げた羽根が枠の中に入って立てば得点になるが、倒れたら得点にならない。線の上は無得点。
倒れても、次の人が投げた羽根が当たってうまく立ち上がることもあるので投げ終わるまで触らない。
- ④すべての羽根を投げ終わったら得点を集計する。この時、すべての干支に羽根が入っていたら、中央の神様にも投げ入れる。入ればボーナス点を加算する。
- ⑤何回か繰り返して遊ぶ。先に200点に達したチームの勝ちにしても良い。



<アレンジ>

- ①相手チームが指名した干支にだけ入れる。他に入っても無得点。
- ②中央の神様枠にだけ入れる。
- ③線上でも良いことにし、羽根が乗っている数が多い方の得点にする。
- ④利き手の反対の手で投げる。
- ⑤車椅子の方は距離を1メートルに、投球力のある方は5メートル位にする。
- ⑥羽根ではなくお手玉を使って投げる。
- ⑦若い人には、模造紙でシートを作り「星座」「誕生月」「鬼滅の刃」等変えたらどうでしょう。



高齢者、障がい者・児には、遊びながらリハビリ効果になります。また、「やったー」とか「頑張れ」「すごい」と声を出し盛り上がるので、その場が和やかになり気分転換にもなりますよ。(文責：富田)

◆令和3年度 山口県レクリエーション講習会



【レクリエーション・インストラクター養成講習会】

レクリエーション・インストラクターは、**楽しい、やる気が出た**と感じる人の心の仕組みが十分に作動するように、ゲームや歌、集団遊び、スポーツといったレクリエーション活動を用いて人々の**心の元気づくり**を実現する指導者です。本講習会では、レクリエーション活動を効果的に用いる3つの方法を学んで、「**レクリエーション支援の実践力**」を身につけることができます。

日時 令和3年6月13日(日)～10月31日(日) 全9回 9:15～16:30

回	期日	会場
1回	6月13日(日)	山口県セミナーパーク
2回	7月4日(日)	山口勤労者総合福祉センター
3回	7月22日(木祝)	山口県セミナーパーク
4回	8月28日(土)	山口勤労者総合福祉センター
5回	8月29日(日)	山口勤労者総合福祉センター
6回	9月25日(土)	山口勤労者総合福祉センター
7回	9月26日(日)	山口勤労者総合福祉センター
8回	10月30日(土)	山口県セミナーパーク
9回	10月31日(日)	山口県セミナーパーク

以前からレクに興味があり、レクってどういうものだろう？どんなことをするのか？知りたい！と思い受講しました。取得してからレクの進め方や相手に合わせたアレンジ、自分の自信にもつながりました。利用者さんの笑顔や楽しかった！またしようね！という言葉にもっとたくさんの人にレクを知ってもらいたいと思いました。自分も笑顔になれ、周りも笑顔になれる。レクにはそんな力があります。これからもレクを極めていきたいと思います！



令和2年度受講 障害者支援施設職員Sさん

会場 山口県セミナーパーク (山口市秋穂二島1062)
山口勤労者総合福祉センター (山口市湯田温泉5丁目5-22)

対象 子ども・成人・高齢者の心の元気づくりに役立ちたいと思っている18歳以上の方

受講料 一般参加者 20,000円/一括納入(資料、教材費等含む)

会員割引

レク指導者会員または賛助会員 16,000円/一括納入

レク指導者会員で賛助会員の方 12,000円/一括納入

<部分受講>

一般参加者 2,500円/1回

レク指導者会員または賛助会員 2,000円/1回

レク指導者会員で賛助会員の方 1,500円/1回

定員 20名(先着順)



◆◆◆ 賛助会員募集 ◆◆◆

一般社団法人山口県レクリエーション協会は、余暇の充実と健康の保持・増進、スポーツ・レクリエーション活動の健全な普及・発展を通じて、よりよい社会の実現を目指し、事業を展開しています。このような当協会の目的に賛同し、ご支援いただける賛助会員(企業・団体・個人)を広く募集しております。

賛助会員 一口5,000円 **特別賛助会員** 一口30,000円 **特別名誉会員** 一口50,000円

特典: ●当協会主催事業の参加費割引(一部対象外あり) ●レクリエーション用具の購入費・借用費の割引 など

(一社)山口県レクリエーション協会 賛助会員の皆様 (敬称略・順不同)

《賛助会員》山本初子、吉富依子、小林和子 (令和2年12月1日～令和3年2月28日受付分)

ありがとうございました。賛助会員は、随時受け付けています。皆様のご協力をお願いいたします。

【編集後記】

最近ではオンラインでの会議やセミナーが日常になり、日本全国の方と簡単に画面越しで話ができるようになりました。ただ、ぼ～っと話を聞いていると、画面に映る自分の顔がしかめっ面になっていたり、表情が怖かったりします。レクリエーション活動を通して「心を元気に!」「みんなを笑顔に!」しようと思ったら、まずは自分自身が笑顔でない。頑張って表情筋を鍛えねば! 【福】



スポーツは育てることができる。