



栃レク・ニュースレター

令和3年
7月20日発行

第79号

創刊 平成6年10月1日

栃木県レクリエーション協会広報紙

レクリエーションの 指導者を育てたい

栃木県レクリエーション協会会長
坂本 宏夫



私はレクリエーション指導者の仕事は「歌・踊り・ゲーム・スポーツ」などを用いて人の心を元気にすることだと思います。つまり、人の心のいろいろな状態にかかわり、人が幸せで豊かな生活を営むためのお手伝いをするのが仕事です。

つまり、医師の対象領域である「精神」ではなく、「心」についてが、レク指導者の領域です。「心の病」には薬などの治療方法はありません。あくまで自力で、自分一人の力で脱出するより他はありません。その努力を支援するのがレク指導者です。そして、厄介なことに、この「心の病」は誰もが経験します。レク指導者は「ホスピタリティ」や「アイスブレイキング」等の学習科目から、人の心の中に入っていく技術を学びます。相手と同じ気持ちになって考えることが必要だからです。

そのためには、経験の積み重ねがどうしても必要です。ひとの心は本当に「いろいろ」ですから、その要求にどう答えたらいいのか、経験によって会得するほかありません。レク学習の過程で勉強するのはほんの少しかからず。

課程認定校等で「レク・インストラクター」の資格をとっても、それで一人前ではないのです。これは、他の資格をとって即一人前（医師や教師等）として評価される資格とは違います。一人前の指導者になるために、先ず、「ボランティア」として、先輩の指導を受けながらいろいろな経験を積んで一人前の指導者になっていきます。

どうしたら人の「心を健康」に出来るのか、明快なやり方はないけれど、レク指導により、人が元気に活動している姿を見ると、レク指導者の仕事が崇高なものであると思えて来ます。コロナ禍で人の心が弱っている今こそ、レク指導者の活躍する絶好のチャンスです。

現在レク指導者の資格をお持ちの皆さん、一緒に新しい「レク指導者」を育てましょう。栃木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習会を日本レクリエーション協会と協働（理論は通信学習ー自宅で）で実施中です。県レク協会は集合学習を担当しますので、良好な信頼関係が気づけるとおもいます。

スポーツくじ



この広報紙はスポーツ振興くじ助成金を受けて発行しています。

栃木県レクリエーション協会NPO法人化にむけて

令和2年度（公財）日本レクリエーション協会加盟団体運営代表者会議において、上記の件につき資料の提供と法人化への働きかけがありました。

栃木県レクリエーション協会では、これまでも総務委員会において勉強会を行ってきましたが、課題も多く実際の取り組みにはつながりませんでした。

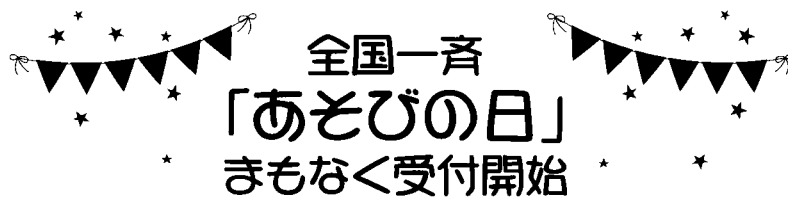
今回は会員の皆様のご理解とご協力を得て、NPO法人格取得に取り組んでいきたいと思っております。

ご協力をお願いします

NPO法人格取得に関して知識・経験のある方、複式簿記等に詳しい方がいらっしゃいましたら、ぜひご協力をお願いします。
ご連絡をお待ちしております。

総務委員長 市川

連絡先：栃木県レクリエーション協会事務局



◆名称・テーマ

名称：全国一斉「あそびの日」キャンペーン2021

テーマ：すべてはみんなの笑顔のために2021

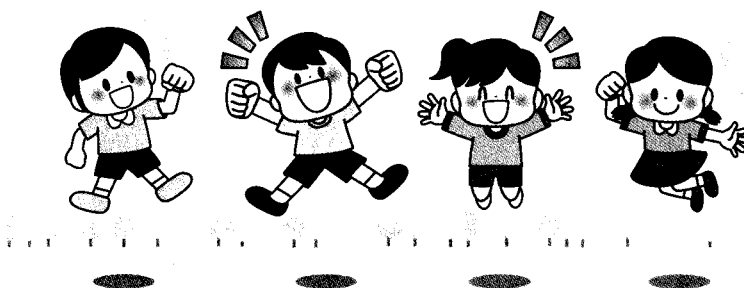
◆キャンペーン期間

令和3年9月17日（金）～11月14日（日）

◆プログラムの内容

子どもや家族を対象に、あそびやスポーツ等をテーマとしたもの、加盟種目団体が開催する大会・交流会、課程認定校で行われる実習 など

7月中旬 Web サイトリニューアル、Web 申請受付



『レクぽ』登録の促進、及び『レクぽ』サイトへの意見・要望について

レクリエーションポータルサイトである『レクぽ』を開設して間もなく4年になります。『レクぽ』は様々なレクリエーション活動の情報を掲載し、一般の方、レク・サポーターや元気アップリーダーなどの会員、レクリエーション公認指導者の皆さんに活用いただいております。

公認指導者につきましては、掲載される全ての情報を閲覧できるとともに（一般の方等との差別化）、マイレク機能（お気に入り登録）、登録情報の更新などの機能を付加し、活動促進につなげていただくことを期待しております。

しかしながら、『レクぽ』に登録している公認指導者数は約12,000名（約28%）にとどまっており、登録促進と合わせ、登録いただけるよう機能や内容を充実させていくことが課題となっています。

登録者を増やすための方法について、ご意見をいただければ幸いです。



<https://www.recreation.jp/>

公認指導者ログイン画面



一般ログイン画面



令和2年度 レクリエーション運動普及振興功労者表彰



浜野正三郎さん(宇都宮市)



佐藤和子さん(矢板市)

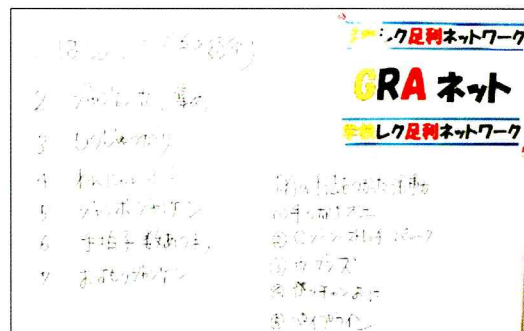


那須塩原市レクリエーション協会

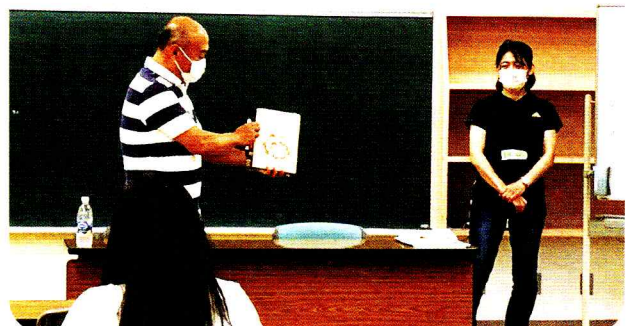
学校レク足利ネットワーク(GRAネット)スタート

日本教育公務員弘済会栃木支部、栃木県教育委員会の共催をいただき実施した「学校レク講習会 2021」は、コロナの影響で宇都宮会場は中止(資料配付)でしたが、足利会場は30名の参加をいただき盛況のうちに実施することができました。足利会場の参加者に呼びかけて、学校レク足利ネットワーク(GRAネット)というつながりが生まれ、毎月1回定例会を実施しています。右上の写真は第2回目5月15日実施の仲間作り活動のメニューです。

前半は、数集まりのゲームとグループでできる活動の体験。後半は、プロジェクトアドベンチャーの活動を使った仲間作り活動の体験でした。レクの良いところですが、先生方も笑顔になって楽しめて、しかも指導のポイントも共有できるのは一石二鳥です。また、体験の後、丸



くなって参加者同士が活動を振り返って感じたことなどを自由に意見交換しています。経験年数の少ない先生からOBの先生まで幅広く集まっているため、様々な悩みにも誰かが対応できるのがいいところだなと感じています。定例会の情報は、今のところGRAネットのLINEグループでお知らせしていますので、興味のある方は、GRAネットに参加している方、もしくは事務局へ一声おかけください。



運動が好きな子どもたちの育成を目指して ～背中を押してあげれば飛躍できる子どもたちがいる～

足利市レクリエーション協会 板橋 文夫

5月12日、私は、栃木県教育委員会より令和3(2021)年度体力向エキスパートティーチャー(以下、ETという)の委嘱を受けました。これは、県内小学校及び義務教育学校に体力向上ETを派遣することにより、各校の「走る」「跳ぶ」「投げる」といった基礎的運動能力の課題に応じた体力向上の取組や運動が苦手な児童に対する指導の充実を図る目的の事業です。本県児童の体力の課題として、「小学生の運動時間(授業以外)が全国より短い」、「市町により体力差がある」、「運動が苦手な児童が多い」等が挙げられています。その解決に向けた「とちぎっ子体力ジャンプアッププロジェクト」の1つが、体力向上ET派遣事業です。

私は、平成30年度、令和元年度栃木県教員免許状更新講習(日本レクリエーション協会主催)『子どもの体力向上に役立つレクリエーションプログラムの体験学習』の一部を担当していたこともあり、体力向上ETに応募しました。運動が好きになるように低学年の児童を対象にレク的な支援をするのかと思っていましたが、授業の対象が主に5年生(文部科学省が実施している「体力・運動能力調査」の対象)で、体育の授業をすることに少し不安を覚えました。なぜなら、学校現場には素晴らしい体育の授業をする教員はたくさんいますし、私は体育の教師ではないからです。そこで、図書館で関係の書籍を借用し、ネットなどでも調べて自分なりに勉強をしました。また、NHKで放映した「奇跡のレッスン」のビデオを見直したり

しました。奇跡のレッスンでは、世界の最強コーチが子どもたちに一週間レッスンをし、運動能力や意欲を向上させます。体力向上ETとして、45分の1コマの授業でどれだけ子どもたちに働きかけられるか苦心しました。

5月、6月は主に「投げる」能力を楽しく伸ばそうということで、授業を組み立てました。「投げる」ために必要な基礎トレーニングや「紙鉄砲」を使ってのフォームの確認、オーバーハンドの有効性、アンダーハンドやサイドスローで行うペタンクや日レクボール、ドッチビー等を紹介しました。玉入れの玉やジャベボール、長さ3mのバルーンを投げるなど、いろいろな体験の場や情報を提供しました。また、子どもたちは積極的に「投げる」ことに取り組んでいました。改善点は、内容が盛りだくさんで、「投げる」体験の時間が少なくなってしまうということです。

そして、各学校での事前打合せや当日の授業の準備・後片付けなど、教職員の方々に大変お世話になりました。秋には、「走る」「跳ぶ」の基礎的運動能力に焦点を当てた授業を展開します。45分の授業で少しでも体力向上ETの役割が最大限発揮できるよう、準備を進めたいと思います。目指すは、「そのレッスンには力がある 人の心を動かす力がある 背中を押してあげれば、飛躍できる子どもたちがいる 大人(体力向上ET)には何ができるだろうか」【奇跡のレッスンより】です。



令和3年度 広報紙用インフォメーション

行事名	月日(曜日)	会場	参加費	定員	取得単位	問合せ・申し込み
太平山健康ハイキング	4月29日 (木・祝) 9:00～ 12:00	太平山周辺	100円	50名		栃木市 レクリエーション協会 0282-43-5473(熊谷)
ねんりんピックとちぎ 2021 TBG交流大会兼全国 大会県予選会	5月22日 (土)	壬生町総合公園 陸上競技場他	1,500円	216名		事務局 大塚 090-5567-6291
第63回 全国フォークダンス巡回 講習会	5月23日 (日) 10:00～	ニューサンピア 栃木	2,000円 (昼食・ 資料含む)	100名		今泉佳友 0282-82-4305
体験講習会(国体むけ)	6月2、3日 9:00～	壬生町総合公園 陸上競技場他	500円	15名		事務局 大塚 090-5567-6291
第30回関東 甲信ブロックTBG	6月13日 (日)	栃木市都賀町 赤津TBG場	1,500円	216名		事務局 大塚 090-5567-6291
益子町民デー (栃木SCの試合観戦の 応援)	7月	栃木県 グリーンスタジアム	無料	200～ 250名		益子町事務局
レクリエーション サポーター研修(新)	7月3日 (土) 7月17日 (土) 10月24日 (日)	生涯学習 センター 他	5000円 (教材費 込み)	30名		足利市 レクリエーション協会 080-8908-0774
栃木県競技資格認定者 TBG交流大会	7月10日 (土) 9:00～	佐野市渡良瀬 TBG場	1,500円	216名		事務局 大塚 090-5567-6291
みんなでワイワイ・元気に 遊ぼうin 矢板	7月17日 (土) 9:30～ 11:30 (荒天時のみ 中止)	矢板市生涯 学習館	小学生以上 1人500円	30名		矢板市国体・スポーツ局 矢板市レクリエーション 協会事務局 TEL 0287-43-6218 FAX 0287-43-4436
第29回関東 甲信ブロックTBG	7月17日 (土)	小山市 小山運動公園 TBG場				
小山市フォークダンス フェスティバル	10月2日 (土) 9:00～ 16:00	県南体育館 メインアリーナ	無料	なし	事業参加	小山市 レクリエーション協会 軽部 090-6312-8360
おやまし レクリエーションフェア	10月9日 (土) 10:00～ 15:00	県南体育館 森のはらっぱ	無料	なし	事業参加	小山市 レクリエーション協会 軽部 090-6312-8360
第18回全国一斉あそび の日「遊びの王国2021」	10月24日 (日)	山川公園・ 毛野体育館	300円 (当日400円)	300名	事業参加 スタッフ参加	足利市 レクリエーション協会 080-8908-0774
とちぎスポーツフェスタ 2021 第32回栃木県武術 太極拳交流大会	10月24日 (日) 10:00～	県南体育館	1,000円			栃木県武術太極拳連盟 028-653-8185

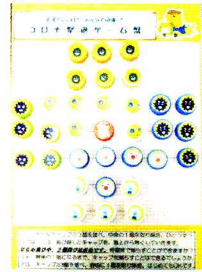
行事名	月日(曜日)	会場	参加費	定員	取得単位	問合せ・申し込み
とちぎスポーツフェスタ 2021 第32回栃木県民 TBG交流大会	10月24日 (日) 9:00~	市貝町城見ヶ丘 運動公園 TBG場	1,500円	216名		事務局 大塚 090-5567-6291
とちぎスポーツフェスタ 2021 3B体操栃木県支部 交流会	10月30日 (土)	県南体育館	1,000円	100名		宮田 0285-82-6628
ワクワク親子で ピザつくろ!	10月31日 (日)	鹿沼市自然体験 交流センター	500円			鹿沼市 レクリエーション協会 佐藤 090-7187-5826
秋のハイキング	11月 未定	未定	無料			栃木市 レクリエーション協会 0282-43-5473(熊谷)
全日本TBG協会競技 資格認定証更新・新規 取得講習会 (県央・北ブロック)	11月7日 (日) 9:00~	市貝町中央公民 館会議室・ 城見ヶ丘運動公園 TBG場	更新2,500円 新規4,000円	40名 10名		事務局 大塚 090-5567-6291
第10回いちがい スポーツ・ レクリエーション祭	11月7日 (日) 9:00~ 14:00	城見ヶ丘運動 公園ほか	無料	なし		市貝町中央公民館 0285-68-0020
栃木県 レクリエーション大会	11月13日 (土)	道の駅 ろまんちっく村	無料		スタッフ参加 ・事業参加	栃木県レクリエーション協会 028-650-3330 ✉ rec-tochigi@h2.dion.ne.jp
ろまんちっく エンデュランス	11月13日 (土) 8:00~	道の駅 ろまんちっく村 にぎわい広場	5,000円	500	スタッフ参加	栃木県 マウンテンバイク協会 090-2753-2495
体験講習会(国体むけ)	11月17、18日 (水、木) 9:00~	壬生町総合公園 陸上競技場他	500円	15名		事務局 大塚 090-5567-6291
とちぎスポーツフェスタ 2021 第59回栃木県 フォークダンス大会	11月28日 (日) 10:00~	県南体育館	無料	500		今泉佳友 0282-82-4305
全日本TBG協会競技 資格認定証更新・新規 取得講習会 (県南・両毛ブロック)	12月5日 (日) 9:00~	都賀町公民館 会議室・都賀町 TBG場赤津 コース	更新2,500円 新規4,000円	80名 15名		事務局 大塚 090-5567-6291
新春大ドッチボール大会	1月16日 (日) 9:30~ 11:30	栃木市大平南 体育館	無料	検討中		栃木市 レクリエーション協会 0282-43-5473(熊谷)
福祉レクリエーション セミナー	2月頃	生涯学習 センター	未定	50名	事業参加	足利市 レクリエーション協会 080-8908-0774
第65回全国 フォークダンス 伝達講習会	2月13日 (日) 10:00~	ニューサンピア 栃木	2,000円 (昼食・ 資料含む)	100名		今泉佳友 0282-82-4305
体験講習会(国体むけ)	3月26、27日 9:00~	壬生町総合公園 陸上競技場	500円	15名		事務局 大塚 090-5567-6291



「できない」から「こんなのできた」「これならできる」の引き出しが増えたらいいなと思い、しょうちゃんがアレンジしました!



道具から作ってみた「ラケットボール」牛乳パックを利用して簡単にできます



ペットボトルキャップの「ソリティア」コロナ仕様に



つなげています
スポーツへの想い

スポーツの収益は、日本のスポーツを育てるために使われています。

スポーツクジ BIG

www.toto-dream.com www.toto-growing.com 19歳未満の方の購入又は譲り受けは法律で禁じられています。払戻金も受け取れません。運営・販売：独立行政法人日本スポーツ振興センター

◇◇ 編集後記 ◇◇

いつもと違う生活が続ける中、また新たな年度がスタートしました。色々なことに慣れてきたことは良くも感じる反面、気を付けなくてはと思わなくてはいけないと感じています。私の周囲でもワクチン接種が進み、心配な高齢者たちが接種できていることがほんの少しだけほっとできる気がします。私のレク活動も少しずつ、気を付けながらできることも増えてきました。みなさんの声も聞かせてください。
【編集委員長】

発行 栃木県レクリエーション協会
発行責任者 会長 坂本 宏 夫
☎320-0066 宇都宮市駒生 1-1-6
栃木県教育会館内 2 階

☎ 028-650-3330
FAX 028-650-3331
✉ rec-tochigi@h2.dion.ne.jp
🌐 https://rectochigi.jimdofree.com/