



栃レク・ニュースレター

令和4年
3月10日発行

第81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

一般社団法人に向けて、 一歩踏み出します



会長 坂本 宏夫

私の知る限りでは、随分前から「法人化」の動きはありました。

当初は「NPO 法人化」への動きでした。何度も何度も現れては消えた法人化の動きですが、考えれば考えるほどハードルが高くなり、法人化へ踏み切れませんでした。では、どうしてここにきて急に法人化の方向にハンドルを切ったのかです。

それは、日本レクリエーション協会の意向が多分にあります。コロナ禍も相まって、全国的にじり貧化してきている都道府県レクリエーション協会を「協会の信用度を高めて、もっと有利に事業を展開しよう」という試みがあります。

ちょうど、栃木県レクリエーション協会も法人化への動きがありましたから、それなら「法人化を考えよう」ということになりました。当

然いろいろな法人があり、どの法人にするかを「法人化検討委員会」で話し合いました。

そして、現在の栃木県レクリエーション協会の姿をできるだけ残せる「一般社団法人」にすることになりました。法人化により、「社会的信用が高まったり、人材確保や企業・行政との関係構築がスムーズになったり」といろいろのメリットもありますが、「信用が高まる分のデメリット」も当然増えてきます。

いつまで続くかわからない未曾有のコロナ禍で、事業の展開が出来なくなり、ますます事業予算の削減が余儀なくされているなか、「起死回生」の動きになればと「一般社団法人栃木県レクリエーション協会」へと、一歩踏み出します。

皆様のご協力をお願いいたします。

スポーツくじ



この広報誌はスポーツ振興くじ助成金を受けて発行しています。

コロナ禍で奮起！ 新しい県レク協会発足に向けて！

昨年度も新型コロナウイルス感染で、国内はもとより世界中が感染防止で一年が過ぎてしまったような気がします。新型コロナウイルスが収束するのかと思いましたが、今度はオミクロン株の感染が危惧されています。

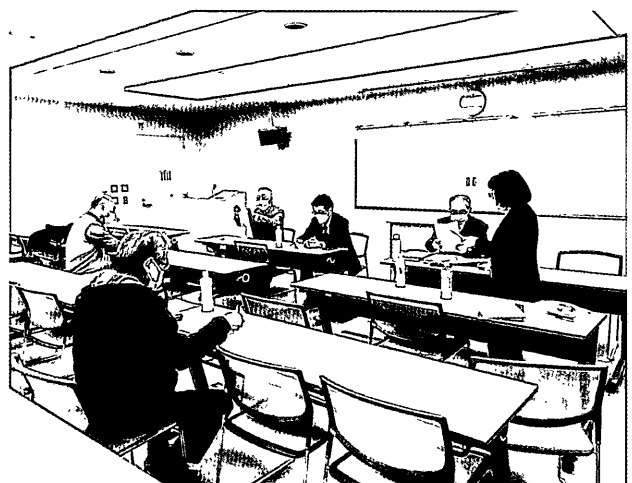
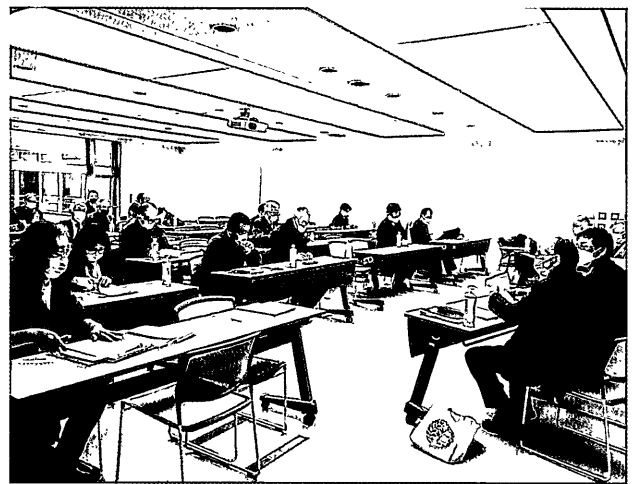
そんな中、長年懸案であった県レク協会法人化に向けて取り組んできましたが、このほど、一般社団法人として発足することが臨時総会で決議され、スタートする運びとなりました。席上、50年以上続けてきた「栃木県レクリエーション協会」は解散となり、新しく「一般社団法人 栃木県レクリエーション協会」としての名称となります。

今回の法人化につきましては、およそ10年前、総務委員会を中心に「特定非営利活動法人」についての勉強会から始まりました。従来の組織から少しでも変革の機運が浮上している今こそが、レク運動の危機感を払拭し、NPO法人資格取得へのまたとない絶好のチャンスと捉えて、財務的な立て直しも検討しましたが、困難なことがいくつか重なり、何度も立ち消えになってしまいました。法人化としてのメリットは何なのか、デメリットはどうか、団体特有の保守的思考が働いているのかなど多面的に考え、昨年になって再度、常任理事会に諮り会長をはじめ、総務委員皆さんの力添えをいただき

法人化準備委員会定款検討会を立ち上げ、7回の会議をもち現在に至りました。様々な意見交換を重ね、今後は業務開始に向け公証役場を経て法務局の登記等所定の手続きを済ませ、4月1日からは「一般社団法人 栃木県レクリエーション協会」として運営していく予定となっています。

コロナ禍の中で人々の心が弱っているからこそ、新しい協会に弾みをつけ奮起するときかと思っています。人々の交流や健康づくり、関係団体の連携強化を図り、新しい時代のレクリエーション指導者を育てていきたいという願いのもと、皆様のご協力を是非ともお願い致します。

【栃木県レクリエーション協会理事長
高木 昭一】



レクリエーションインストラクター養成講習会

令和3年度のレクリエーションインストラクター養成講習会は、日レク主催の通信講習と栃木県レク主催の集合学習の2本立てという新しいスタイルで始まりました。宇都宮会場（総合教育センター）と足利会場（足利市生涯学習センター）で行われました。

12月4日（土）には、「あそびのフリマ」と題して、レク活動の習得を学習しました。前半は、足利レクの「バグー」、那須塩原レクの「ディスコン」、小山レクの「バルーンアート」、県レクの「アタックファイブ」の5種目を体験しました。後半はレク達人によるあそびのブースが設置され、いろいろ体験しました。クラフトあり、ニュースポーツありで受講生の皆さんも様々な遊びを満喫しました。自分で作ったクラフト作品は、大切なお土産になりました。

1月22日（土）には、「レクリエーション支援の実施」という内容で、受講生一人一人が作成した支援案をもとにレクリエーション支援を実施しました。福祉関係、子ども関係、その他

の3つのグループに分かれ、それぞれの支援案を発表し合い、検討をしました。その後は、全体でプログラムの一つのアクティビティを演習しました。みんなの前で実際にやるのは、紙の上の支援案とはちがって緊張します。一生懸命にやればやるほど、頭が真っ白になってしまうこともあります。そんな緊張感の中、10名の受講生たちは支援技術（ハードル設定・CSSプロセスなど）を意識しながら、それぞれのプログラムを展開しました。終わった後に、これまで共に学んできた仲間や講師からコメントをもらい、ホッとした笑顔があふれていました。

集合学習として集まったメンバーは、県内だけでなく県外（埼玉県）からの参加者もいました。この講習会で知り合えたレクリエーションインストラクターを目指す仲間と一緒に、楽しく学んだ講習会でした。この仲間とインストラクターの試験に合格し、それぞれの立場で活躍してくれることを期待しています。

【指導者養成副委員長 安藤 佳子】



学校レクリエーション講習会2021開催!



学校レクリエーション講習会
2021年2月19日開催
講師
松井 純子
GRA ネット
のメンバー
は、今年10月
から11月
まで講習
を行います。

2月19日(土)足利市生涯学習センターにて、「学校レクリエーション講習会2021」が開催されました。密を避けて小まめに消毒、出入口は一方通行にし、昼食も黙食にするなど、徹底した感染症対策で臨みました。

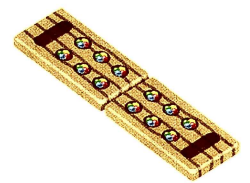
まず最初の1コマで、学級で使えるレクゲームをたくさん紹介して、講習生に実践で楽しんでもらいました。そして次のコマでは、同時発声同時動作・一指示一動作や、アイスブレイキングについて講義で学び、前のコマで、みんながいきいきと楽しく活動できたのは、支援者・指導者の技術の裏づけがあったからだということ、講習生全員が気づくことができました。更に次のコマでは、非言語コミュニケーション(表情・身振り・声の抑揚など)の果たす役割の大きさを再確認できるアクティビティを体験したり、学級開きにもってこいの「先生クイズ」を体験したりして、和やかな雰囲気での学級開きをイメージすることができました。午後は、ポッチャ・キャッチングザスティック・マンカラ・ソリティアの体験で大いに盛り上がりました。

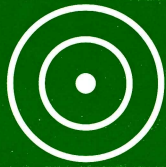
参加者は1日の講習を通して、「この楽しみを子どもたちにも伝えていきたい。」「レクの楽

しさと難しさを味わうことができた。」「ふんわりと受けとめてくれるあたたかさがあった。」など、様々な思いや情熱、新たな課題をおみやげに持って帰られました。新年度には、レクの楽しさが更に広まり、子どもたちの笑顔が多くの学校で増えていくことを確信したスタッフ一同でした。

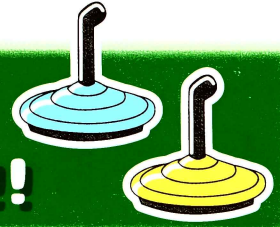
学校レクリエーション講習会の参加者に呼びかけ、GRA(学校レク足利)ネットワークをLINEグループに立ち上げました。GRA ネットでは、定期的に参加自由の例会を開催しており、学級経営で使えるレクゲームや、PA(プロジェクトアドベンチャー)、GWT(グループワークトレーニング)や読み聞かせなど、様々な手法を紹介しています。楽しい学校・学級づくりを目指す先生方が集まって、自分が実践してみたときの成功例や課題、現場での悩みや喜びなどを交流・共有しています。例会に参加すると、悩みは半減、明日への活力は倍増することは受け合いです。興味のある方は、是非、GAR ネットの仲間になりましょう。

【松井 純子】





カーリングにあやかり、 ユニカールを元気に!!



私たちユニカール協会は、平成23年全国スポレク祭「スポレクエコとちぎ」が本県で開催された後のレガシーとして、県大会を始め、東日本大会や全国大会に積極的に参加し、個人技・戦術・チームワークが全国レベルに到達し、会員相互、大会に備え日々練習に取り組んでいます。

4年前の平昌オリンピックで、カーリング日本女子「ロコ・ソラーレ」がカーリング発祥の英国に5-3で逆転し、初の銅メダルを獲得され、ユニカールはカーリングに類似しているスポーツのため、当時はカーリング人気にあやかり、普及活動にも力が入り、少しずつ認知され始めました。

しかし、2年前から新型コロナウイルスがかつてない猛威をふるい、感染拡大防止のため、各大会が中止。練習活動ですら出来ない状態が続き、会員数も減少してきてしまっていました。

そんな中、今回の北京オリンピックで「ロコ・ソラーレ」が前回の成績を上回る銀メダルを獲得！日本中に元気と活気を与えてくれ、当協会にとっても、明るい話題になっております。

ユニカールをやってみたいが用具が高くて手が届かないという声を聞いたことがあります。普及指導員として少し申し上げさせて頂くなら、ユニカールは先に述べたように、個人技・戦術・チームワークと、中高年の競技としては最も有効な競技ではないかと常に考えております。

皆さん！コロナ感染症が落ち着いたら是非一緒に参加してみませんか？病みつきになること間違いなし！

問合せ先

栃木県ユニカール協会

会長 郡司 敏正 事務局 斎藤 利子

住所：329-2221 塩谷郡塩谷町玉生 681

(塩谷町玉生コミュニティセンター内)

TEL：0287-45-0050 FAX：0287-45-0067



しょうちゃんのひとりごと vol.2

昨年の年末に年間新語・流行語大賞が「リアル 2 刀流 / ショータイム」に決定しました。大谷翔平選手の活躍から見ても、誰もが納得する受賞ですよね。

その中のトップテン入りした言葉の中で、私が注目したのが「黙食」です。新型コロナウイルスの感染が拡大していた一昨年の 1 月、福岡のある飲食店が食事時の会話を控える「黙食」を勧めるポスターを作成したことが話題となり、それ以降、様々なお店で黙食を勧める掲示が増え、学校や職場でも実施するようになりました。

禅宗、特に曹洞宗では今から 800 年近く前に道元禅師により、食事時やトイレ・風呂での私語を禁じていたそうです。日常生活はすべて修行と捉えて、物事に真剣に向き合うため、何か行動する際には複数のことを同時にしてはいけないという教えだそうです。必然的に黙って食事＝黙食となっています。

さて、学校はというと、新型コロナウイルス感染

症予防対策のため、学校給食は今も変わらず「黙食」を継続しています。文部科学省の学校給食法の中では、適切な栄養の摂取・健康の維持増進を図る・学校生活を豊かにし、明るい社交性及び共同の精神を養うなどのほか 5 項目の豊かな学校生活を送る役割が記されています。本来、グループを作り友達と会話しながらの楽しい給食が、現在、静かな時間帯になっているといえます。考え方によっては食べることに集中できるメリットはあります。しかし、レクリエーション運動の関係者としては、食べることの大切さ以外に人との交流やふれあいの場も重要な食事の要素だと思えるのです。新たな変異株「オミクロン株」が全世界に広がりつつあり、まだまだ「黙食」が終わりそうもない状況です。しばらくは我慢・我慢の日々が続きそうです。

【県レクリエーション協会理事長 高木 昭一】

令和3年度 福祉レクリエーション研修会

みんな笑顔に 笑顔の種をまきましょう
毎日毎日お水をあげて じっと成長を見守りましょう
きっとステキな笑顔に出会えます

- ☆主 催：栃木県レクリエーション協会、栃木県福祉レクリエーションネットワーク
- ☆後 援：栃木県社会福祉協議会 宇都宮市社会福祉協議会（予定）
- ☆日 程：令和 4 年 3 月 14 日（月） 10 時～ 15 時
- ☆内 容：高齢者のためのリズム体操
- ☆会 場：栃木県総合教育センター 学習室 AB 住所 宇都宮市瓦谷町 1070
- ☆対象者：高齢者施設（デイサービス、デイホーム等）に勤務されている方、ボランティア、福祉系大学、専門学校生、福祉レクリエーションに関心がある方
- ☆講 師：宇都宮共和大学子ども学科講師 大島美知恵先生
- ☆店 員：50 名（定員になり次第締め切り）
- ☆受講料：3,000 円（日本レクリエーション協会資格者 2,000 円）
（受講料は当日受付にてお支払いください）
- ☆お問い合わせ・申し込み：栃木県レクリエーション協会 宇都宮市駒生 1-1-6 栃木県教育委員会内
TEL.028-650-3330 FAX.028-650-3331 E-mail.rec-tochigi@h2.dion.ne.jp



Q&A 北京冬季オリンピックの なになに なんで？

Q スキージャンプのK点ってなに？

A ジャンプの採点基準となっている地点で、昔はこれ以上飛ぶと危険という地点だったそうだが、今はその意味はない。K点より遠くに飛ばば基準点に+、手前なら-となる。

Q スノーボードの技の名前ってなに？

A マック=縦回転の前回り・バックフリップ=縦回転の後ろ回り・コーク=斜め回転

数字はスピンの回転角度を表す。1回転 360°つまり
3回転 360+360+360=1080…

4回転半 360+360+360+360+180=1620、これを英語読みするからシックスティーントゥエンティとなる。

Q 4回転跳べるのに4回転アクセルが難しいのはなんで？

A トウループやサルコウ、ルッツが後ろ向きに跳ぶのに対して、アクセルだけが唯一、前向きに跳ぶ。さらに、着氷は後ろ向き（反対側の足の外側エッジで着氷）のため、ひとつのアクセルは1回転半で構成されるので4回転半となる。

Q カーリングで叫ぶ「ヤップ」ってなに？

A 元々は英語で「ヤップ」は「氷の上を掃いて」という指示。一方、「ウォー」は「氷の上を掃くのをやめて」という指示の意味。ちなみに、ハードは

「もっと強く氷の上を掃いて」・クリーンはストーンの前のごみを取り除くため「軽く掃いて」・ハリーは「もっと素早く掃いて」の意味

Q スケート選手がゴールしてすぐ胸元をあげるのはなんで？

A スーツには、スタート時の低い前傾姿勢を保ち推進力を生み出すため、直立しようとするすると突っ張るような設計がされている。特に体幹部や太ももには伸びにくい素材が使われているため。

Q ボブスレーとスケルトンとリュージュってどんな風に違うの？

A 「ボブスレー」は前方でハンドルを操縦するパイロットと後方でブレーキの操作をするブレーカーが息を合わせる団体競技。「スケルトン」は鉄製の小さなソリに一人でうつ伏せに乗り込み氷のコースを滑走していく個人競技。「リュージュ」は小さいソリに一人か二人で仰向けに乗り込み、氷のコースを足から一気に滑走していく競技。



☆アンケートにご協力ください☆

栃レク・ニュースレターについて以下の質問に対するアンケートへのご協力をお願いします。

1. どのような記事に興味を持ちましたか。記事名・感想などをおきかせください。
2. 参考になった記事、役に立った記事はなんですか。
3. 今後掲載してほしいスポーツレクリエーションの内容はどんなものですか。
4. 栃レク・ニュースレターはどのような現場で活用しますか。
5. その他お気づきの点などありましたら、どのようなことでもお書きください。

※アンケートは、ホームページ内からでもお答えいただけます。

ホームページの中の「栃レク・ニュースレター」⇒「アンケート」からご覧ください。



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。

スポーツくじ 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 ◇◇

盛り上がった冬季オリンピックも終了し、間もなくパラリンピックが行われます。最近スポーツ選手のインタビューで「楽しくやります」というコメントが気になります。つらいトレーニングを乗り越え、緊張やプレッシャーもある中「頑張る」のではなく、「楽しむ」と言えるのは、さすがアスリートだなと感じます。「今日も一日頑張ろう」でなく、「今日も一日楽しもう」と思いましょ。

【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/>