



# しがレクからのおたより

令和元（平成 31）年度 第 1 号 2019.5 発行

滋賀県レクリエーション協会 事務局 発行

送信・返信先 〒525-0052 滋賀県草津市西矢倉 3-17-13 黒川かず江方



## 新元号に向けて

平成も終わり、令和という新しい元号がスタートしました。新元号が世の中をいい方向に導いてくれるのか、それは同時に私たちの心の持ち方にかかわってきます。

この機に滋賀県レクリエーション協会でも県民の健康づくり・笑顔づくりに力を注いでいかなければなりません。しかし残念なことにレクリエーション指導者の数は激減し、運動体としての機能が発揮できない状況です。

来年は、オリンピック・パラリンピック、2021 年は関西マスターズ、さらに 2024 年には滋賀国体とスポーツ大会が目白押しで、県民のスポーツに対する意識は高まっているはずですが、生涯スポーツ推進団体としてのレクリエーション協会では本年度より指導者養成からも手を引き、京都府レクに指導者養成講習会をお願いするなど活動範囲を縮小しています。そのような中でも、皆さんの興味を引き出す新しい講習会を模索しようと指導者養成とは関係なく、レク材・指導法を中心とした講習会を開催する予定です。

新しい形のレク運動を活性化していくためには、会員の皆様には協会の中核にかかわっていただき、協会の機能の活性化を図る必要があります。ともに新しい形の協会づくりに携わっていただければと思いますので、ぜひ声をあげていただければありがたいです。レクリエーションは生きていく上になければならない活動であり、多くの方々の笑顔・心の健康を今後も大切にしていきたいと願っています。

会 長 前 山 亨

## 平成 31 年度理事・評議員会終了

平成 31 年 4 月 21 日（日）草津市立市民交流プラザにて本年度理事・評議員会を開催しました。

昨年の 10 月 8 日に臨時の理事会を開催し、滋賀県レクリエーション協会の今後のあり方について話し合いをしました。話し合いの中心は「持続可能な協会運営のあり方」についてということで、今回の理事・評議員会ではその時の内容を反映して、事業計画や予算案を提案しました。

その中で、昨年までと大きく異なる点は、レクリエーション・インストラクター養成講習会を県レク単独での開催をやめ、京都府レクリエーション協会との共催で開催することとしたのと、協会の運営指導部の体制を変えたことです。

専門部は、事業部（講習会担当）、組織部（県レク大会等の担当）、広報部（県レク便り・情報発信担当）及び教員免許状更新講習担当、課程認定校連絡担当としました。

今年度が役員の改選時期でもあったため、組織に合わせた役員の選任もしていただきました。

県レク協会の持続可能な運営を進めていくためには、今後を支えていただく新しいスタッフの参加も欠かすことができません。皆さんの協会運営へのご参加をお待ちしています。

理事長・事務局長 溝江 透

## レクリエーション講習会 開催決定！

### 認知症予防に一助！

認知症の原因の確定・治療法等は研究が進んでいますがまだ完全に解明されていません。しかし、医療の進歩を待ってるだけでは進んでしまいます。そこで、滋賀県レクリエーション協会は、「認知症予防に効果があるとされる内容」に特化した講習会を開催いたします。

高齢者福祉関係に携わる方以外の方も、自らの予防と身近な方の予防に、ご参加ください。

開催日 令和元年7月7日（別添ちらし参照）

会場 ひこね燦ぱれす

問い合わせ 滋賀県レクリエーション協会

講習会担当 二宮 保

090-7352-9504



## 平成30年度第2回フォローアップセミナー終了しました

3月2日（土）大津市瀬田公園体育館の小アリーナにおいて、有資格者のフォローアップ研修として「チャレンジ・ザ・ゲーム」講習を開催しました。「チャレンジ・ザ・ゲーム」は日本レクリエーション協会が認定・推進しているゲームで、遊び感覚で身体を動かす楽しさが味わえる“新感覚”のスポーツ・レクリエーションです。コンセプトはグループで力を合わせて、体を動かす楽しさが味わえ、記録への挑戦の中で、仲間と一つになり感動の共有や、達成感が味わえる種目となっています。今回は、「チャレンジ・ザ・ゲーム」のうち、①ニチレクボール、②チームテンカボール、③チームふらばーるを体験しました。



## 会員の活動報告

SGUCA

滋賀県ユニカール協会



スウェーデン発祥のユニカールというニュースポーツをご存じですか？ 競技名の由来は「ユニバーサルカーリング」日本語に訳すなら「みんなのカーリング」となります。2002冬季オリンピック大会（ソルトレイクシティ）における日本女子チーム（チーム青森）の活躍で一躍有名になった「カーリング」を室内で手軽に老若男女問わず楽しめるように改良されたスポーツです。

本家「カーリング」は、約50mの氷上で4人对4人のチーム戦で行われます。大規模な施設に行かなければ体験することすら出来ません。一方「ユニカール」は、10m × 2m のカーペット上で3人对3人のチーム戦で行われ、体育館や会議室等で気軽に体験することが可能です。



滋賀県ユニカール協会は、平成12年11月に約60名の会員で発足しました。以降、年間6回程度の練習会を重ね、春の県大会は今年で20回目となります。3kgあるストーンを、ボーリングのように投げるのですが、戦略は奥が深く、チームメイトとあれこれ作戦を考えながら投げるので結構頭も使います。考えた作戦通りにストーンを投げられると爽快感を味わえるのですが、なかなか思うとおりに投げられないので悔しがったり笑ったりと和気あいあいのゲーム展開となります。平成16年と23年、29年には「西日本ユニカール

大会」を、平成20年には「全国ユニカール大会（スポレク滋賀2008）」を、いずれも木之本で開催し、全国のユニカーラー（ユニカール愛好者）を迎え親睦の輪を広げることが出来ました。滋賀からも、全国大会や西日本大会に積極的にエントリーしています。令和となった今年も、会員一同、元気一杯笑顔一杯の活動を続けていきたいと考えております。敷居の低い、誰にでも楽しめるスポーツですので、是非一度、体験にお越しください。初体験のその日から、一緒にゲームを楽しむことが可能です。

南彦根の「ひこね燦ぱれす」を活動のベースとしています。皆様の参加をお待ちしております。（事務局長：小野澤稔香）

### <今年の予定（決定分）>

5/26	9:30~15:00	県大会
6/30	9:30~11:30	練習会①
7/28	9:30~11:30	練習会②
9/01	9:30~11:30	練習会③
10/13	9:30~11:30	練習会④

兼普及員養成講習

いずれも「ひこね燦ぱれす」にて

【お問い合わせは】 unicurl-shiga@hera.eonet.ne.jp まで

## フォローアップセミナー兼ニュー・スポーツセミナー

1. 期 日 : 令和元年6月15日(土) 9:00~16:30
2. 会 場 : 木之本運動公園広場 体育館
3. 内 容 : ニュースポーツほか
4. 講 師 : 前山 直氏、行司 康一氏
5. 持 ち 物 : 体育館シューズ、筆記用具、昼食、保険証等
6. 申し込み : 組織部 フォローアップ事務局 …西條宛…  
(詳細は同封のチラシをご覧ください。)

## 新しい仲間の紹介

「平成30年度指導者養成講座」を終了された方々を紹介します。

### 内貴紀香さん

現在、市社会福祉協議会でサロン支援員として職務についております。地域の居場所である「サロン活動」への継続支援・立ち上げ支援を中心に、サロン代表者に対して、サロン活動の充実を図るためのレクリエーションの紹介や、困りごと解決に向けた交流会等も行っております。今回の講座では講師の先生方はもちろん、素晴らしい仲間にも出会うことができ、楽しい時間を過ごさせていただきました。今後どうぞよろしくお願いいたします。

### 武澤直美さん

私は、介護福祉施設で事務の仕事をしています。今まで、レクリエーションは歌を歌ったり、ゲームをしたり、工作をしたりとただ何かをするというイメージしかなかったのですが、理論で習った事前に作るプログラムは活動の狙い・どこで・だれが・人数を考慮して考えていく必要があり、事前の準備がきちんとしていないといけなことがわかりました。職場では、高ストレスを抱えている人が多いのでレクリエーションを通じて少しでも職場や家庭のストレスが減っていけるように新しい取り組みが考えていけたらと思います。

### 村林みき子さん

私も仕事上において、楽しみながら、自立支援につながるレクリエーションをしたいと思い、この講習会を受講しました。今後の活動として、地域の絆づくり、世代間交流、放課後子ども教室、子育て支援サロン、高齢者を支える介護予防サロン、自主サークルなど盛んに開かれている活動の場において、自主的参加につながるようなプログラムを頑張ることができるようにしたいと思います。一指示一動作に笑いを生み出し、笑顔で心の健康づくりにつなげたいです。