

楽しい暮らしをデザインする 2021年10月15日発行(第2号)

RECREATIONかごしま

スポーツくじ



この情報誌はスポーツ振興くじ助成を受けて作成しています。

発行：鹿児島県レクリエーション協会

〒890-0062 鹿児島市与次郎一丁目4番20号 鹿児島県総合体育センター武道館内

(電話) 099-255-0225 (FAX) 099-296-1192

(HP) <http://www.kaken-rec.jp/> (メール) info@kaken-rec.jp

コロナに負けずに！令和3年度 教員免許状更新講習開催

<公益財団法人日本レクリエーション協会主催>鹿児島会場

公益財団法人日本レクリエーション協会では、文部科学大臣の認定を受けて、平成26年度より、「選択領域」における教員免許状更新講習を開設しています。
鹿児島県レクリエーション協会でも、平成29年度から実施していますが、昨年度は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止となってしまいました。本年度も開催が危ぶまれましたが、下記の日程と内容で、無事に開催することができました。

日時：令和3年8月4日(水)～8月6日(金) 10:00～17:00

場所：鹿児島県青少年会館、鹿児島市谷山市民会館

講習内容：【講習1】12時間講習(4日・5日)

☆ コミュニケーション力を引き出すレクリエーションプログラムの体験学習



学級経営や仲間づくり、特別活動など、様々な場面で活用できるレクのプロプログラムの企画と展開技術、ホスピタリティー等について学びました。

【講習2】6時間講習(6日)

☆ 遊びが運動になる、運動が遊びになるレクリエーションプログラムの体験学習



運動が得意な子も苦手な子も、遊びを通して体を動かす楽しさが実感でき、主体的・日常的に取り組める運動遊びやニュースポーツなど、遊びが運動になるプログラムを体験しながら、その活用方法を学びました。

「明日からの授業や学級経営に必ず役立つ！体験も重視した講習」





受講された先生
方で、こんなプロ
グラムが創作され
ました。

令和3年度教員免許状更新講習
『遊びが運動になる，運動が遊びになる』(8月6日実施)
「身近にある用具を使った遊びの体験
と創作活動」

創作メモの発表事例

- 1 グループ名 チームぼちぼち
- 2 事例 運動会での学年種目
- 3 対象・想定年齢 小学校上学年(4・5・6年)
- 4 何をを使うか 新聞紙・ボール・コーン
- 5 種目名と内容 聖火リレー



- ① 新聞紙(1面の1/4の大きさ)でボール(ハンドボール)2個を2人して中央まで(5~10メートル)運び、
 - ② 中央に準備してあるコーン(ハンドボールの入れる大きさ)をそれぞれが持ち、
 - ③ 2メートルの間隔でボールを投げ、もう一人がコーンでキャッチする。
 - ④ 成功したら、もう一人が同様に投げ、もう一人がキャッチする。
 - ⑤ 二人とも連続で出来たら、コーンにボールを乗せたまま、聖火を持つポーズをしながら反対側まで(5~10メートル)走り次走者組にタッチする。(トーチがバトン代わりになる。)
 - ⑥ 次走者の組は渡されたトーチをそれぞれが同様に持って走り、
 - ⑦ 中央でボールのキャッチをしあい、
 - ⑧ 同様に成功したら、新聞紙にボールを載せてゴールまで運ぶ。
- ※ 留意点 新聞紙が破れた時のために、予備を準備しておく。



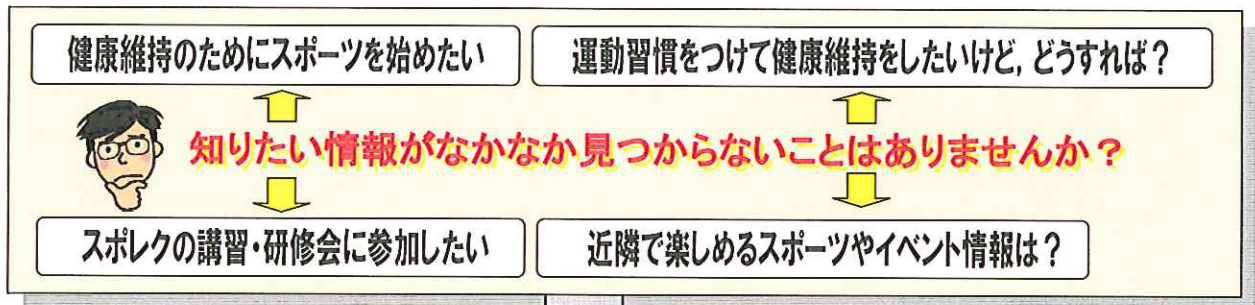
【受講者の感想】

どの活動もとても楽しく、自然と声が出て、あっという間に笑顔になっている自分に気がきました。一緒に過ごした先生方とは、前から知っているかのような気持ちになったのもレクリエーションの効果だと思えます。CSSプロセスやハードル設定などたくさんの学びがありました。今後の学級経営に生かしていきたいです。

ケンスポコムって知っていますか？

※ 日本レクリエーション協会広報誌「Recrew」(8月号)P28~P29より一部抜粋

ケンスポコムは、国民の健康づくりを応援する目的で、スポーツ・レクリエーション活動を推進する団体が協力して配信する健康スポーツ情報サービスです。全国のスポーツ・レクリエーションに関するイベントや教室といった健康スポーツへの参加の機会を提供しています。その他、健康スポーツに関するコラムや動画といった健康スポーツ活動の参考となる情報もお届けしています。



○ ケンスポコムでは、注目のスポーツから、知る人ぞ知るスポーツまで、幅広いジャンルのスポーツを紹介予定です！

ケンスポコムに参画・協力しているスポーツ・レクリエーション団体は今後着実に増えていく予定です。皆さんがまだ出会ったことのない種目や競技がきっと見つかるはずですよ。

参画・協力スポーツ・レクリエーション団体

- ・ 一般社団法人日本インドアカ協会
- ・ 一般社団法人日本カバディ協会
- ・ 一般社団法人日本スポーツウエルネス吹矢協会
- ・ 公益財団法人日本レクリエーション協会
- ・ 認定 NPO 法人ローンボウルズ日本

2021年3月末現在

便利機能がたくさん！情報を1つに集約して皆さまのニーズに答えます！

健康づくりに役立つ
「健康チャンネル」を
配信！

運動プログラムやコラムなど、
活動シーンに合わせて
利用いただける
コンテンツがたくさん！

健康スポーツイベント・
教室・セミナーなどへの
オンライン申し込み

気になるイベント等への
参加もワンクリックで
ラクラク！

団体からのお知らせ・
ニュースが届く

所属している団体からの
お知らせを優先的に配信！



イベント参加費なども
オンライン決済が可能！

会費やイベント参加費用等が
必要な場合は、
オンライン決済にも
対応しています。

まずは、会員登録&ログインしてみてください <https://kenko.sportscom.jp/#/>



全国一斉「あそびの日」キャンペーン2021オンライン企画に参加しませんか？

参加者

大・大・大

募集！

全国一斉「あそびの日」キャンペーン 2021

オンライン企画 

おうちでチャレンジ！

「全国ランキング」に参加しよう!!

今年の「あそびの日」も、「おうちで 60 秒チャレンジ」という自宅などから参加できるオンラインイベントを開催します。

期間は 9/17～11/30 まで。期間中何回でも参加できます。

参加方法は、チャレンジしている様子をスマホなどで動画撮影し、Twitter に投稿するだけ（詳しい参加方法は裏面に）。共通のハッシュタグをつけるので、全国から参加している様子もチェックできます。

なお、各チャレンジの上位記録には賞状と QUO カード（1 位は 5 千円分）をプレゼント！

自宅でご家族などとチャレンジして、全国のみなさんにつながりませんか？たくさんのご参加、お待ちしております！！

おうちで
60秒
チャレンジ



ハッシュタグをつけて 投稿するだけ！

#おうちで 60



#スポーツインライフ

「おうちで 60 秒チャレンジ」って??

web サイト



「おうちで 60 秒チャレンジ」は、自宅で、ご家族などのできる
からだを動かすあそびです。現在 11 種類のチャレンジがあります。

コンセプトは、

「身近な物を使う!」「適度な運動量がある!」「あそび方はシンプル!」

「夢中になれる!」「見ていて楽しい!」こと。

新聞紙スティックを倒さないようにすばやく移動したり、
新聞紙リングをアシカキャッチしたり、
風船の周りをグルッとタオルで一周したり。

ちょっとしたスペースで、家族で協力しながらチャレンジできます。



「全国ランキング」への参加方法

あそび方



- ①あそび方を確認してチャレンジします
- ②その様子（チャレンジ前～終了後）をスマホなどで動画撮影します
- ③日本レク協会「おうちで 60 秒チャレンジ」の Twitter 公式アカウント
「@rec_ouchi60」を検索してフォロー

④撮影した動画を共通ハッシュタグ

「#おうちで 60」と「#スポーツインライフ」

をつけて Twitter に投稿します

⑤「おうちで 60 秒チャレンジ」公式アカウントが

記録のコメントをつけてリツイートした時点で参加受付完了です



★結果は全国一斉「あそびの日」キャンペーンの web サイトで発表

★賞：各チャレンジ 1～3 位を表彰

1位 賞状、副賞（QUO カード 5 千円分）

2位 賞状、副賞（QUO カード 3 千円分）

3位 賞状、副賞（QUO カード 1 千円分）



11 のチャレンジ
それぞれ順位を
決めます!!

<お問い合わせ先>

公益財団法人 日本レクリエーション協会 事業部
〒110-0016 東京都台東区台東 1-1-14 ANTEX24 ビル 7 階
電話：03-3834-1093 e-mail：asobi@recreation.or.jp

コロナ禍でもできる！3密を避けた遊び

①〇〇と言えば！グループ対抗



お題から連想するものを、グループ内で一致させられるか競うゲームです。メンバーが書きそうなことを予想する楽しさと、一致した時の嬉しさ、外れた時の残念さをメンバーで共感できるように展開します。工夫次第で密を避けて実施しやすいゲームです。

進め方

- ① 5人程度のグループを作り、間隔をあけて座ります(横一列など)。
- ② メンバー全員が紙と鉛筆を持ってスタンバイします。
- ③ 発表されたお題に合うものを、他のメンバーに見せないようにして一人ひとつ紙に書き、合図があったら一斉に見せます。
- ④ グループ内で同じものを書いた人数がグループのポイントとなります。

3密を避けて楽しむために

子ども同士の間隔をあけて密を避けますが、同じグループの連帯感が持てるような工夫が必要となります。普段から一緒に活動している同じ班で行うなど、グループとしての仲間意識があると、メンバーが答えそうなことを予測して書いたり、当たった嬉しさや予想外の答えに感嘆したりと交流が深まります。

②ジェスチャーわんにゃん自己紹介



ジェスチャーで伝える表現を楽しむゲームです。いくつかのお題で集まったあと、すべて同じ選択肢を選んだ人を探して集まってもおもしろいです。場面によっては、グループに入れなかった子の自己紹介タイムがあっても楽しめます。

進め方

- ① 2つある選択肢から、同じものを選んだ人と指定された人数で集まることを伝えます。
- ② お題と2つの選択肢、集まる人数を発表します。
- ③ 「スタート」の合図があったら、ジェスチャーで表現しながら仲間を探して、人数がそろったら座ります。
- ④ グループに入れなかった子は、同じ選択肢を選んだグループに入れてもらったりして、グループ内で自己紹介します。

3密を避けて楽しむために

本来は、グループで集まった時の自己紹介を楽しみたいところですが、密集を避けるためには、間隔を開けたり、紙に書いたりして、自己紹介の工夫が必要となります。

事務局だより

◎ 県民レクリエーション祭の中止

第37回県民レクリエーション祭は11月28日(日)奄美市で開催予定でしたが、新型コロナウイルス感染症のまん延状況を勘案し、誠に残念ながら今年度の開催を見送ることになりました。開催を楽しみにされていた方には誠に申し訳ありませんが、御理解いただきますようお願いいたします。

◎ レクリエーション・インストラクター養成講座(toto助成事業)の日程変更について

新型コロナウイルス感染症の急拡大により、8月20日から9月末日まで「まん延防止等重点措置」が適用され、期間中の開催ができなくなりました。振替日程については、下記のとおりとさせていただきますのでよろしくお願いいたします。

* 8月22日(日)振替分⇒⇒⇒10月3日(日) (会場) 鴨池公民館研修室

* 9月26日(日)振替分⇒⇒⇒11月28日(日) (会場) 鹿児島県青年会館研修室

◎ 講師派遣等について

高齢者施設やPTAでの活動等で、ゲーム等のレクリエーションの指導をしてもらいたい際に、内容に応じた講師の派遣、紹介をしております。ご希望の方は、県レクリエーション協会にお電話いただき、講師派遣依頼書を御提出ください。

詳細は、県レクリエーション協会のホームページを御覧ください。

◎ 各種レクリエーション用具・専門書籍の紹介をしております。

日本レクリエーション協会のカタログ「レクリエーションカタログ2021」を差し上げます。ご利用下さい。(見積可)

◎ 有資格者の皆様へ

住所氏名等の変更がありましたら必ずお手続きをお願い致します。

(編集後記)

広報誌の第2号を発行することができましたが、この第2号発行時においても、まだまだ新型コロナウイルス感染症の拡大については、油断がならない状況です。

「Recrew 8月号」では、新型コロナによる活動制限などの影響で、身体活動量が低下していることから、高齢者の健康に異変をもたらしている「コロナフレイル」と呼ばれる状態を予防するためのレクが紹介されていきました。

県レク主催の行事も、中止や内容の変更を余儀なくされていて大変もどかしい状態ですが、感染症対策をしっかりと、できる活動を工夫しながらやっていく必要があると思います。

コロナ禍の工夫したレク活動がありましたら、県レク協会にもぜひご紹介ください。

また、広報誌についての御意見や御要望も是非お寄せください。



鹿児島県レク協会



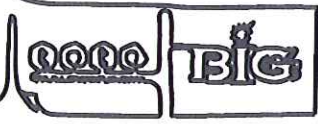
日本レク協会



レクぼ

企業加盟団体 (株)山形屋・(株)鹿児島銀行・(株)南日本銀行・(株)南日本放送・(株)ビルメン鹿児島

【※スポーツ・レクリエーション活動の支援をとおして、県民の皆様の健康づくりを応援して頂いています】



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。

