

RECREATIONかごしま

スポーツくじ



この広報誌は、スポーツ振興くじの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 (携帯) 070-7486-1109

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

様々な事業への御参加に感謝!

～2025年度上半期の事業の様子～

第1回高齢者の
元気づくり支援
者養成講座

～Sports in Life
を推進する～
元気アップ教室

レクリエーション・イ
ンストラクター養成
講座(公開講座)

高齢者の元気づくり支援者養成講座(7月13日開催 45人参加)



体を動かし刺激することで身体のいろいろな流れが良くなることを学びました。



一つ一つの種目の説明が分かりやすく、心も体も軽くなりました。



～Sports in Life を推進する～元気アップ教室(7月28日開催 15人参加)



レクリエーションの意義や効果を、実践を踏まえて学ぶことができました。

運動を通じて、楽しみが増えました。

レクリエーション・インストラクター養成講座(公開講座)(8月24日開催 27人参加)

元気いっぱいの先生から元気をいただきました。

レクのポイントを実践につなげていきたいです。





おすすめ! 県民レクリエーション祭開催 今年は日置市で開催

第41回

参加費無料

誰でも気軽に参加できます

県民レクリエーション祭

みんなで楽しく 笑顔ふれあう砂丘の風

家族や友達と
楽しくレク体験!

ポイントをためて
アイテムをゲット!



「とっば」は日置市のイベントで、だれでも参加できます。県民レク祭に参加してポイントゲット!!



開催日：令和7年11月2日(日)〈小雨決行〉

メイン会場：実総アリーナ (日置市吹上浜公園体育館)

受付 (来賓・被表彰者) 8:30~8:50

総合開会式・アトラクション 9:00~9:40

各会場での体験活動 10:00~13:00

※種目と会場は裏面をご覧ください



鹿児島県レクリエーション協会

〒890-0062 鹿児島市与次郎1-4-20県総合体育センター武道館内
TEL099-255-0225 FAX099-296-1192 E-mail info@kaken-rec.jp

第41回 県民レクリエーション祭会場 〈令和7年11月2日(日) 9:00~13:00〉

No.	種目名	種目団体からのコメント	担当者連絡先	会場
	総合開会式	開会行事, 表彰式他 【時間】 9:00~9:40 【会場】 実総アリーナ/フロア内	連絡先 099-255-0225 当日 070-7486-1109	実総アリーナ/ ステージ・フロア
1	ユニカール	初めてのカタでも、楽しく体験できる頭と体を使うスポーツです。	☎080-5200-5727 (青山)	実総アリーナ/ フロア内ブース
2	武術太極拳	楽しみながら身体を動かし健康づくり。年齢、性別問わず楽しく体験できます。	☎099-243-2600 (江夏)	
3	スポーツウエルネス 吹矢	「誰でも」「いつでも」「どこでも」「手軽に」楽しみながらできる健康を目的としたスポーツです。筒の中の矢を吹いて、的に当てます。的は点数ごとに色分けしており、5本吹いた合計得点で競争します。	☎090-1365-9594 (徳田)	
4	真向法体操	簡単な4つの体操を行う真向法は、腰を柔軟にし、姿勢を若々しく正すことで美容と老化防止に抜群の効果があります。血流が良くなります。	☎090-4985-6220 (岩川)	
5	お手玉	なつかしいお手玉遊びを、誰でも楽しく参加できる内容で実施します。	☎0995-65-8630 (山本)	
6	マジック	マジックの不思議な力、楽しませる術を一緒に身につけましょう!	☎080-3974-5831 (片平)	
7	パラスポーツ体験	パラリンピックの種目「ポッチャ」を体験出来ます!	☎080-9243-8476 (丸野)	
8	ダーツ	ダーツは40cmの的に3m離れた場所からプラスチックの針がついた矢を投げ点数を競うスポーツです。年齢、性別問わず誰でも楽しめるので体験してみませんか。	☎090-8913-1685 (戸木田)	
9	ニュースポーツ	誰でも簡単に楽しく出来るニュースポーツを体験しましょう!	☎090-9579-9074 (牧迫)	
10	ソフトバレーボール	柔らかいボールを使ったバレーボール。バドミントンコートを使用し、1チーム4人で競技します。	☎090-8406-5184 (山ヶ城)	
11	ジャズ体操	自分の身体を自分のチャカラで動かす。音楽のテンポに合わせて伸ばす、曲げる、ねじるという動き方を皆で楽しむ体操です。年齢や経験に関係なく動ける方法をお伝えします。	☎090-2509-0659 (畠中)	実総アリーナ/ ステージ
12	エアロビック	スローエアロビックは「胸をひらく」「体側をのばす」「体をひねる」を音楽に合わせて繰り返す、だれにでもできる軽運動です。	☎080-1782-3372 (山内)	実総アリーナ/ ロビー
13	余暇相談	余暇活動の相談に応じます。	☎090-4993-7135 (山下)	
14	フライングディスク	ディスク版のゴルフ。frisbeeを投げてバスケット形のゴールに入るまでの投数を競う競技です。幼児から高齢者まで3世代でいっしょに楽しめます。	☎090-2395-0725 (有川)	実総アリーナ/ 周辺の松林
15	ペタンク	700g前後の金属のボールを6~10m先の目標に寄せ合うシンプルかつ、奥の深いゲームです。子どもから高齢者までどなたでも簡単に始められるボールゲームです。	☎090-5024-9161 (松窪)	吹上浜公園/ ゲートボール場
16	凧揚げ	凧づくりと凧揚げ体験ができます。日本各地の凧や大凧など珍しい凧を空高く揚げます。お気軽にご参加ください。	☎090-9606-7980 (田之畑)	吹上浜公園/ 陸上競技場
17	フォークダンス	簡単な説明で誰でもすぐ踊れる曲を準備しています。ダンスは音楽に合わせて楽しく踊ることで脳の活性化、体のフレイル予防に繋がります。皆で輪になって楽しく踊りましょう。	☎099-258-2206 (上原)	県立吹上高校/ 武道館
18	レクダンス			
19	日本民踊			
20	ドッジボール	ふだん行っているシングルボールではなく、世界で行なわれているクロスボール(布製ボール・5球使用)の体験会を実施します。ぜひ、世界のドッジボールを体験してみてください。※体験会は12時までです。	☎090-2508-6396 (西村)	吹上勤労者体育 センター
企画	みんなで「とっば」にチャレンジしよう!!	【まちのコインとっばの遊び方】 ①まちのコインアプリをダウンロード②登録開始 ③とっばを開始、コインを集めよう④とっばを使おう ※県民レク祭はとっばのスポットになっています		※とっばはアプリ内でのみ使えるポイントです。換金はできません。



県民参加によるレクリエーションの集いを開催し、参加者相互のふれあいの中で連帯感を育み、県民の健康増進と明るく豊かな生活の実現に寄与するとともに「マイライフ・マイスポーツ運動」の推進に資する。



鹿児島県 鹿児島県教育委員会
日置市教育委員会
いちき串木野市教育委員会
鹿児島県レクリエーション協会



県民レク祭実行委員会
当協会種目及び地域加盟団体



鹿児島県レクリエーション協会



おすすめ! 秋「スポーツプラザ」開催 ~主催:県総合体育センター~

いい汗 いい顔 いい気分 さわやかスポーツライフ



場所:鴨池公園,鴨池緑地公園及び
周辺運動施設(白波スタジアムや県体育館等)
日時:令和7年10月12日(日)
9時30分~15時00分
小雨決行
参加料無料

10.12.2025

秋「スポーツプラザ」

景品がもらえる
スタンプラリーに
挑戦して景品を
ゲット!!

大
歓迎

- 最近運動不足の方
- 家族や友人と楽しみたい方
- いろんなスポーツを体験したい方

詳細はHP等をご確認ください



HP Facebook Instagram

鹿児島県総合体育センター

☎ 099-255-0146

✉ sotaise@pref.kagoshima.lg.jp

📍 〒890-0062 鹿児島市与次郎1丁目4番20号

平日8:30~17:15(土日・祝日は除く)

ニュースポーツ体験



ふれあいレク体験



スポーツ教室



スポーツ体験



サテライト会場について
総合型地域スポーツクラブによるサテライト会場でもイベントなどを開催します。
※詳しくは、HPをご確認ください。

～秋「スポーツプラザ」～開催内容一覧

場所	活動時間	種目・内容	定員	受付・申込み	※参加条件等	*申込み・問合せ先	実施	
自分の体をチェックしよう！体力・健康づくりブース								
鳴瀬公園内	9:30～15:00	体力測定コーナー 反復横跳びや上体起こしなど、さまざまな体力測定にどなたでも挑戦できます。	なし	随時			実施	
	13:00～15:00	「チャレンジごしま」体験コーナー さまざまな跳び方に挑戦して、回数やタイムに挑戦します。	なし	随時			実施	
	ふれあい・笑顔・広がる輪！スポーツ・レクリエーション体験ブース							
	9:30～12:00	フライングディスク体験 ディスクゴルフ（フリスビー版ゴルフ）が体験できます。	200人	随時			小児実施	
	9:30～15:00	キャンプ体験 テント泊体験、オリジナル野外ゲーム体験ができます。	なし	当日受付			実施	
	9:30～15:00	ニュースポーツ体験 どなたでも手軽に楽しめるニュースポーツの体験コーナーです。	なし	随時			実施	
9:30～15:00	ふれあいレクリエーション体験 障害のある人と障害のない人が一緒にふれあいながらニュースポーツやゲームを体験できます。	なし	随時			実施		
9:30～12:00	障害者スポーツ種目体験 車椅子スラロームやポッチャが体験できます。	なし	随時			中止		
新たに気軽に楽しめるスポーツにチャレンジ！きっかけづくり体験ブース								
白波スタジアム	9:30～12:00	テニピン（テニスをはじめめるきっかけづくり）体験教室 ジュニア（小学生）からシニアまで、誰でも手軽にテニスの面白さが味わえるテニス型ゲームのテニピン（テニスをはじめめるきっかけづくり）を体験できます。	なし	随時			中止	
	13:00～15:00	フェンシング体験 フェンシング体験ができます。	なし	当日受付			中止	
	10:00～12:00	現役アスリートから学ぶ走り方教室 現役アスリートから走り方を学ぼう！白波スタジアムのトラックを使用します。	30人程度	当日受付 9:30～10:00			小児実施	
	13:00～14:30	総合型地域スポーツクラブによるスポーツ体験教室 「かけっこ体験教室」 総合型地域スポーツクラブNPO法人SCCのスタッフが、かけっこのコツを伝えます。	先着100人	当日受付 12:30～12:50			実施	
	9:30～15:00	おおすみくん家 スポーツ・レクリエーション体験 スラックライン、バグジーが体験できます。	なし	随時			実施	
	9:30～12:00	3D体操体験教室 3つの用具（ボール、ヘル、ヘルター）を使い、楽しく体を動かせるような体操が体験できます。	30人程度	当日受付			実施	
鳴瀬公園にのり	9:30～15:00	カヌー体験教室 「カヌー体験教室」 カヌー教室/パドルの使い方、カヌーの乗り方など及びカヌー体験試乗を行います。	240人	整理券配布 午前9:30～ 午後12:40～	※ 保険料として200円が必要です。 ※ 4歳以上が参加できます。 ※ 濡れてもよい服装着脱ください。	中止		
平野コース 児童 会館	13:00～15:00	モルック体験教室 初めての方でもできるモルック体験。				実施		
スポーツで 達成感を！勝利の喜びを！友情を！ ～ 各種交歓大会 ～								
鳴瀬公園 球技場	8:30～16:30	ちびっ子サッカー交歓大会 チーム同士の交流を深めるための交流試合を行います。	7F-A	事前申込	※ ちびっ子サッカー事務局でチームを抽出します。	小児実施		
鳴瀬公園 球技場	8:30～16:30	高校生テニス交歓大会 高校生によるテニス交歓大会を行います。	男女合計 12F-A	事前申込	* 申込み・問合せ099-222-4946 （県テニス協会「福さん」）	中止		
平野コース 球技場	8:30～15:30	中学生軟式野球交歓大会 中学生による軟式野球交歓大会を行います。	3F-A	事前申込	※ 県中学校野球事務局で参加校を抽出します。	小児実施		
試着館 弓道場	9:30～15:00	中学生弓道交歓大会 中学生による弓道交歓大会を行います。	60人	事前申込	※ 県弓道連盟で参加校を抽出します。	実施		
体育館	10:00～11:00	バスケットボール体験教室（鹿児島レブナイズ） 鹿児島レブナイズのアカデミーコーチによるバスケットボール教室を行います。	なし	ミニバスケットボール交歓大会 参加チーム		実施		
	9:30～16:30	ミニバスケットボール交歓大会 チーム同士の交流を深めるための交流試合を行います。	6F-L	事前申込	※ ミニバスケットボール連盟で参加校を抽出します。	実施		
鳴瀬公園 球技場	9:30～15:00	タグラグビー・ミニラグビーフェスタ タグラグビーの交流試合を行います。	150人 または 15F-A	事前申込	* 申込み・問合せ090-5721-4683 （県ラグビーフットボール協会「山中山さん」）	中止		
自分のペースでさわやかな汗を流そう！開放ブース								
試着館 トレーニング室	9:30～15:00	トレーニング室一般開放 無料で使用できます。	なし	随時	※ 中学生以上が使用できます。 ※ 試着館窓口で受付を申し利用ください。	実施		
鳴瀬公園 球技場	9:30～15:00	テニスコート一般開放 4コートを開放します。	なし	事前申込	* 1チーム上限2時間 ※ 緑地公園管理事務所で受付をして利用ください。	中止		
～県内総合型地域スポーツクラブによるサテライト会場～				* 本センターのホームページをご覧ください。				

※ 急遽、内容等が変更になった場合は、当センターホームページ・フェイスブック・インスタグラムに掲載します。

※ 当日撮影した写真や映像を本センターの広報等に使用することがありますので、御了承ください。

※ このイベントで発生した事故等については、応急手当のみを行いますので、御了承の上、御参加ください。



HP

Facebook

Instagram



募集中!

レクリエーション学苑公開講座

参加者募集! ~どなたでも参加できます~

令和7年度レクリエーション学苑公開講座



どなたでも参加出来ます(^)/

「高齢者の支援現場で活用できる

楽しいレクリエーションとその伝え方!」

スポーツくじ



この講座はスポーツ振興くじ助成金を受けて開催します。

【期日】令和7年10月19日(日)
10時~15時30分

【会場】鹿児島県青少年会館大ホール
住所 鹿児島市鴨池新町1-8
電話 099-257-8226
※駐車場:台数に限りあり

【受講料】2,000円
(保険・資料代込・当日徴収)
※運動ができる服装、筆記具、飲物持参
屋内シューズは必要ありません。

【主催】鹿児島県レクリエーション協会

【内容・講師】

- ◇ 9:30~10:00 受付
- ◇ 10:00~12:00 (開講式・リインテナーション後開始)

「楽しい手遊び・手ぬぐい体操」

- ◇ 12:00~13:00 昼食

- ◇ 13:00~15:30

「脳トレゲームあれこれ」



講師のご紹介

高齢者の運動や介護予防・認知症予防のレクリエーションのプログラムについて豊富な経験を基に幅広く活躍中。レクリエーション・コーディネーター、福祉レクリエーションワーカー、健康運動指導士、介護予防運動指導者等

【講師】高尾 都茂子 先生

東京都レクリエーション協会公認講師

【申込み・問い合わせ先】

下記に記入しFAX・Mail・郵送又は右記QRコードで10月13日(月)迄に申し込む。

鹿児島県レクリエーション協会

〒890-0062 鹿児島市与次郎1-4-20 県総合体育センター武道館内

電話 099-255-0225 FAX 099-296-1192

メール info@kaken-rec.jp 携帯 070-7486-1109

※弁当(500円税込)の注文を受付けます(希望者・当日徴収)



【令和7年度 公開講座申込書】

〈FAX 099-296-1192〉

※傷害保険加入のため必ず年齢をご記入ください。

氏名	住所	電話番号	年齢	レク資格	弁当
フリガナ	〒			有	要
				無	不要

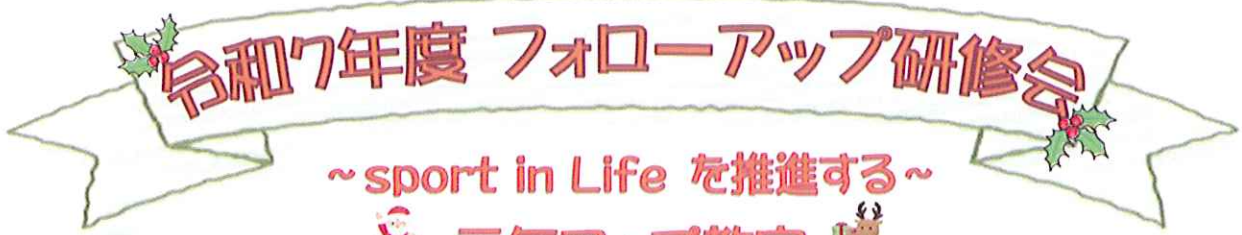
※この個人情報は当事業以外には使用致しません。なお受講決定の通知は原則として行いませんのでご了承ください。



募集中!

フォローアップ研修会開催

～今年も交流を深め、スキルを高め、盛り上がりましょう～



期日:令和7年12月14日(日)
 時間:10:00～16:00
 (受付:9:30～)

心と身体を
 楽しく元気アップ!

みんなの“笑顔”に会いましょう!

スポーツくじ
 WINNER 0000 BIG

令和7年度スポーツ振興くじ助成事業

場所:鹿児島県青年会館
 (駐車場有・上履き不要)
 住所:鹿児島市下伊敷 1-52-3
 電話:099-218-1225

参加費:2,000円
 ※昼食・資料・保険代込
 ※当日徴収
 ※差し入れ歓迎♡

★ブチ忘年会★
 12:00～13:00
 昼食&出し物タイム
 ※出し物をご披露して頂ける
 かたは事務局まで。(要予約)

① 10:00～11:00
 「遊びから目的へ」
 ～アメリカのレクリエーション療法～
 講師:住吉華奈さん

カリフォルニア州立大学レクリエーション管理学科卒業
 アメリカ退役軍人シニアホームで、レクリエーションセラピストとして勤務。アメリカで生まれ育ち、令和7年、鹿児島市伊敷に移住

② 11:00～12:00
 「身体と心のコンディショニング」
 ～経擦から運動へ発展～
 講師:畠中 和子先生

全日本ジャズ体操協会鹿児島県本部会長 健康運動指導士

③ 13:00～16:00
 「元気アッププログラム」
 ラダーゲッター他

申込・問合せ先:鹿児島県レクリエーション協会
 〒890-0062 鹿児島市与次郎 1-4-20
 県総合体育センター武道館内
 電話:099-255-0225 FAX:099-296-1192 携帯:070-7486-1109

※下記に記入し FAX・郵送または右記
 フォームより12月8日(火)迄に申し込む。

【令和7年度 フォローアップ研修会申込書 12月14日(日)】

〈FAX 099-296-1192〉

※傷害保険加入のため必ず年齢をご記入ください。

氏名	住所	電話番号	年齢
ご要望・連絡等			

※受講決定の通知は原則行わず、中止の場合のみ連絡します。この個人情報は当事業以外には使用しません。

(編集後記)

今年度の広報誌第2号は、例年よりも少し早く10月上旬に発行しました。

今回は、初の試みとして、県総合体育センターのイベントを紹介してみました。これからも、広報誌への御意見や御感想、「こんな記事を掲載してほしい」等のアイディアがありましたら、お聞かせください。



鹿児島県レク協会 日本レク協会 レクぽ

企業加盟団体 (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。】

これからももっと、
私はスポーツを楽しむんだ。

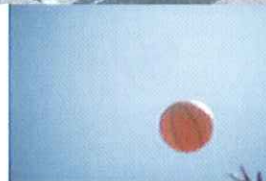
卓球歴24年。バスケ歴1日。

卓球の200倍もの重さがあるボールは、
なかなか言うことを聞いてくれない。

それでも、体を動かすだけで気持ちがいい。

初対面でもあつという間に仲間になれる。

競技人生での楽しさとは違う、
スポーツの楽しさに出会えた。



スポーツを極める人も、楽しむ人も、
すべての人のために、
スポーツくじの収益は使われています。

スポーツくじ   

スポーツくじは、スポーツと人を育てる仕組み。