No.208 レクリエーション運動の情報誌
2021年 10/11/12月 行事

楽しい情報がいっぱい♪

RE-CREATIONで心を元気に!!

笑顔づくり 健康づくり 関係づくり

令和3年7月の豪雨災害、また8月の記録的大雨により被災された皆さまに謹んでお見舞い申し上げます。

新型コロナウイルス感染症は予断を許さない状況が続いていますが、エッセンシャルワーカーの方々への感謝を忘れず、引き続き一人ひとりができる感染予防をして過ごしてゆきたいと思います。

そして、まだまだ不自由を感じる毎日ですが、「今できること」、「今しかできないこと」に向きあいながら、一日も早く平穏な日々が戻ることを願っています。

おおさか元気プロジェクト

いつも変わらぬ ご支援をいただいております

日本生命保険相互会社 / 大阪ガス株式会社 / パナソニック株式会社 / 関西電力株式会社 / 株式会社クボタ

発行：公益財団法人 大阪府レクリエーション協会
〒556-0011 大阪市浪速区難波中３丁目４番36号 大阪府立体育会館 内
TEL.06-6634-1702　FAX.06-6634-1703　時間 10:00～17:00（月～金）（コロナ対応のため）
E-mail ora@poppy.ocn.ne.jp　URL http://furec.sakura.ne.jp

HPはこちらから

当協会はtotoの助成金を受けて情報誌を発行しています

事業実施報告

令和3年度 教員免許状更新講習会

さる8月4日～5日と10日、大阪府立体育会館（エディオンアリーナ大阪）を会場に、「令和3年度教員免許状更新講習会」が開催されました。昨年度は新型コロナウイルスのため、対面による講習会は中止となりましたが、今年度は「感染防止対策」を十分に行いながら実施しました。4日～5日の『教育現場に活かす「レクリエーション」の体験学習』12時間講習には18名、10日の『遊びが運動になる、運動が遊びになるレクリエーション活動の体験学習』6時間講習には、12名の先生方にご参加いただきました。学校種も認定こども園、小学校、中学校、高等学校、特別支援学校等と多岐にわたりました。

感染防止対策としては、ソーシャルディスタンスを十分にとれるよう、実技会場は通常210名、試験会場は72名の定員の施設を確保し、椅子・机も個人固定としました。また、検温、手指の消毒はもちろんのこと、「接触」を避けるため、受講生に「手袋」を配布して使用いただくなど、講師・スタッフ共にできるかぎりの対策を講じました。今後の「教員免許更新制」については、廃止する方向という報道もなされているなか、受講生からは「もし、教員免許状更新講習が続くようであれば、後輩たちに日本レクリエーション協会の講習をすすめたい」との感想もいただき、学習された内容が学校の現場で少しでもお役にたてればと思いながら、熱気あふれる3日間の講習を無事終了しました。

受講生の感想

2日間楽しい講習に参加させていただき、ありがとうございました。コロナ禍でマスク生活となり、子ども達とのコミュニケーションの取り方が困難ではありましたが、レクリエーション活動は子ども達、そして私たちにも「元気」をもらえる方法でした。楽しいだけでなく意図的・計画的に活用することで、子どもと先生、子ども達同士が信頼関係を深める大切な役割だとあらためて確認できました。今回の学びをすぐに実践でいかし、子どもとの心の距離を深め、楽しい時間をたくさん作りたいと思います。

本日はありがとうございました。アイスブレーキング後、部屋の雰囲気がどんどん変わっていったことに凄く驚きました。教育現場だけでなく、いろいろな場面で活用できればなと思いました。

とても充実して楽しい講習会、ありがとうございました。受講して良かったと思いました。高齢になり、「頭が硬くなったなぁ」とか「気持ちに元気がないなぁ」と感じていましたが、心を開いて自分から楽しんでみようという気持ちになりました。

学校の現場で子ども達と一緒にレクリエーションしてみようという気持ちも強くなりました。指導は奥が深いものと感じます。自分の心のリフレッシュも含め、今後も機会があれば受講してみたいと思うようになりました。

2日間ありがとうございました。初日、とても緊張しながら部屋に入り、どこに座ろうととても悩んだことがなつかしいと思うくらい、濃い2日間でした。授業等は学校でも研修がありましたが、レクリエーションについては学ぶことがなかったので、とても楽しく、学びがたくさんありました。一期一会の先生同士の関わりもできて、とても充実していました。ありがとうございました！

3日間、講習に参加させていただき、ありがとうございました。体を動かして遊ぶことは、楽しいだけでなく、不安や緊張している子どもも楽しんで参加できると思います。幼、小、中、高、養の先生方と普段関わる機会がないので、子どもの様子も聞くことができ、現状を把握することができてとても良かったです。2学期、今回の遊びを実践して楽しみ、体力向上の1つとして活用していきたいです。

楽しく運動をすることができました。うまくできたときの嬉しさや思うようにできない悔しさを思い出しました。きっと体育の時間の子どもたちも同じような気持ちなのだと思います。できなくてもフォローしてもらったり、応援されたりして嬉しかったです。

3日間(18時間)の講習を受講させていただき、レクリエーションのバラエティが増えただけでなく、知識や目の向け方などを学びました。学級運営だけではなく、教科指導への活用方法も学べ、参加してよかったです。

楽しい情報がいっぱい♪ 歩育

スタッフ参加対象 事業参加対象 は、レクリエーション・インストラクター資格取得のための認定事業です。
スタッフ参加については、他の事業もありますので、お問い合わせください。

当日緊急連絡先 080-3838-8306

おおさか歩育の会 10月例会

スタッフ参加対象 事業参加対象

古市古墳群を訪ねる

日時	**10月17日(日)** 9:45受付 （10:00～16:00頃）
集合駅	近鉄南大阪線・古市駅(改札口前・集合)
コース	古市駅⇒市内散策⇒大和武尊白鳥陵⇒墓山古墳⇒応神天皇陵⇒中津媛皇后陵⇒充恭天皇陵⇒近鉄南大阪線土師の里駅(16時頃解散予定)

応神天皇陵(羽曳野市)

おおさか歩育の会 11月例会

スタッフ参加対象 事業参加対象

野崎観音から四条畷神社付近をめぐる

日時	**11月21日(日)** 9:45受付 （10:00～16:00頃）
集合駅	JR 学研都市線・野崎駅(改札口前・集合)
コース	野崎駅⇒慈眼寺(野崎観音)⇒深北緑地⇒妙見堂⇒四条畷神社⇒住吉平田神社⇒四条畷駅(16時頃解散予定)

慈眼寺(野崎観音)

おおさか歩育の会 12月例会

スタッフ参加対象 事業参加対象

野鳥公園(南港)へ行こう

日時	**12月19日(日)** 9:45受付 （10:00～16:00頃）
集合駅	大阪メトロ南港ポートタウン線・コスモスクエア駅(改札口前・集合)
コース	コスモスクエア駅⇒南港北区(北側)をウオーク⇒野鳥園で野鳥などを観察(昼食他)午後は南港北区(南側)をウオーク⇒コスモスクエア駅(16時頃解散予定)

南港野鳥園

共通事項
- ●定員：50 名(一般 25 名 / 学生 25 名)コロナ感染拡大状況により変更あり　●雨天決行
- ●参加費：当日徴収(会員・50歳以上 500 円 / 一般・学生 800 円)　●持ち物：弁当、飲み物、筆記用具、雨具、健康保険証(写)等
- ●その他：申し込みの際、年齢をお知らせください。弁当は各自出発前に準備してください。

ふれあい歩育 こどもから高齢者まで全世代参加型プログラム

スタッフ参加対象 事業参加対象

鶴見緑地公園で草遊びやゲーム・クラフトを楽しもう！

日時	**10月31日(日)** 9:45受付（10:00～13:00頃）
集合駅	大阪メトロ長堀鶴見緑地線・鶴見緑地駅(改札口前・集合) 雨天中止
定員	50 名(一般 30 名／学生 20 名)
参加費	当日徴収 親子 1,000 円 会員・50歳以上 500 円 一般・学生 800 円
持ち物	飲み物、筆記用具、雨具、健康保険証(写)等
その他	申し込みの際、生年月日をお知らせください。少雨決行。

鶴見緑地公園内の広場で、参加の学生の皆さんや友人、ファミリーなどが一緒になって、リーダーが準備した材料で紙ひこうきや楽しいクラフト、草花等で自然と親しみ、ふれあい歩育を楽しみます。

皆様のご参加をお待ちしています！

※11 月に予定していました「歩育講座」は、新型コロナ感染拡大防止のため、2022 年 2 月に延期します。

楽しい情報がいっぱい♪ 講習会・情報 Smile for all

レクリエーションは「元気」「楽しい」「笑顔」をつくります！

レク・リーダー資格を取得して活躍しませんか
第159期レクリエーション学苑が10月から始まります！

新型コロナ感染拡大「緊急事態宣言」の発出を受け、当初の8月開催予定から以下の日程に変更しました。

詳細内容については、HPにも掲載しています。 当日緊急連絡先 090-6669-6028

10月10日(日) / 10月24日(日) / 11月7日(日) / 11月20日(土) / 12月5日(日)
12月18日(土) / 1月16日(日) / 1月30日(日) / 2月13日(日)

お得です

今回も、toto助成金を受けて開催。
特別外部講師をお招きします！
(新型コロナウイルス感染拡大状況により、講師が変更となる場合があります)

スポーツくじ toto BIG

＼カリキュラムの一部をレク支援者の皆様に開放します／

10月24日(日) ホテルプリムローズ大阪

最寄り駅 大阪メトロ谷町線、中央線「谷町四丁目」

13:30～16:40 **「信頼関係づくりの方法・ホスピタリティ」**
浦和大学社会学部 総合福祉学科教授 **片山 昭義氏**

※9:30～12:40「アイスブレーキングで良好な集団づくり・モデルプログラム」 大阪府レク協会公認講師 時森 美智子氏

11月7日(日) 大阪府立体育会館 第2.3.4会議室

9:30～11:00 **「楽しさを通した心の元気づくりと対象者の心の元気」**
11:10～12:40 **「子ども向けの活動の習得１」**
(社福)熊本YMCA福祉会 尾ヶ石保育園園長 **久保 誠治氏**

※13:30～15:00「子ども向けの活動の習得２」 大阪府レク協会公認講師 浅田 昌子氏

12月5日(日) 大阪府立体育会館 第2.3.4会議室

9:30～11:00 **「安全への配慮と工夫」**
11:10～12:40 **「高齢者向けの活動の習得１」**
元（一財）日本健康財団 常務理事、健康運動指導士 **小室 史恵氏**

※13:30～15:00「高齢者向けの活動の習得２」 大阪医療秘書専門学校非常勤講師、全国福祉レク・ネットワーク運営委員 小津順子氏

共通事項
- **参加費**：一般 2,500 円　会員 2,000 円　学生 1,000 円　**定　員**：25 名(先着順／通常定員 72 名)
- ●ご希望の方は※の講座も同じ費用で受講していただけます　●受付は開始30分前から行います

「子ども向けの活動の習得1・2」は「子ども元気アップセミナー」、
「高齢者向けの活動の習得1・2」は「高齢者元気アップセミナー」として開催します。

主催事業の感染予防対策 「新しい生活様式」に合わせたレクリエーション活動を！
- ・日本レクリエーション協会策定の「新型コロナウイルス感染拡大予防対策ガイドライン」に基づき、実施しています。
- ・講習会等の開催にあたり、新型コロナウイルス感染拡大予防対策に配慮して実施いたします。
- ・参加者の皆さまには「マスクの着用」をお願いします。
- ・熱がある方、体調のすぐれない方の参加はお断りさせていただきます。
- ・当日は、受付で検温の実施、体調チェックシートの記入をお願いします。

ニュースポーツの体験（兼チャレンジ・ザ・ゲーム普及審判員養成講習会）

日　　時	**10月10日(日)** 13:10受付～（13:40～16:50）
講　　師	大阪府レクリエーション協会公認講師　猪野 守 氏　冨田 民雄 氏
会　　場	大阪府立体育会館　多目的ホール A.B.C.D
費　　用	一般 2,500円　会員 2,000円　学生 2,000円 ※チャレンジ・ザ・ゲームの資格申請をされる方は、別途テキスト代 500 円が必要です。申込時にお知らせください。
定　　員	30 名（先着順／通常定員 210 名）

遊び感覚で身体を動かすことができるチャレンジ・ザ・ゲーム！
「全国いつでもチャレンジ・ザ・ゲーム大会」を開催して、グループでの交流を楽しみながら記録に挑戦！

◉本講習会はレクリエーション学苑のカリキュラムの一つとして認定しています。
◉チャレンジ・ザ・ゲーム資格が取得でき、審判員資格は無期限有効となります。

ウォークラリー交流大会 天王寺界隈ぶらり歩き　当日緊急連絡先 090-3826-4523（東山）　事業参加対象

ウォークラリーは1チーム2～ 5人でグループを作って、課題を解決しながら歩く野外ゲームです。勝敗は歩く速さではなく、設定された時間にいかに近くゴールをするか競う時間得点と課題の正解により得られる得点と、コース内でのゲーム得点の合計で順位を競います。コミュニケーションを図ることを目的としていますので、ご家族やお友達とわいわい楽しみながらご参加ください。

日　　時	**11月23日(火)(祝)** 9:30受付（10:00～13:00頃）
集合場所	ゼット株式会社 2 階ホール（ＪＲ桃谷駅南口下車徒歩３分） 大阪市天王寺区烏ヶ辻 1-2-16　**（ゼット株式会社 MAP 参照）**
定　　員	先着 100 名（1グループ２～５名）
参 加 費	（当日徴収）1人：500 円
持 ち 物	飲み物、筆記用具、タオル、雨具、健康保険証（写）等

■ゼット株式会社 MAP

申込み方法　グループ単位（2～5名）で、①代表者氏名（年齢）②住所・電話番号③参加者氏名（年齢）を記載のうえ、HP・メール・FAX又はハガキでお申し込みください。

レクリエーションダンス講習会　当日緊急連絡先 090-3053-5632（小西）　事業参加対象

日　　時	**12月12日(日)** 10:00受付（10:30～15:30）
講　　師	日本フォークダンス連盟大阪支部理事　前田 和弘 氏 レクダンス研究会相談役　白神 啓子 氏 大阪府レク協会公認講師　小西 基陽子 氏
会　　場	アネックス パル法円坂（大阪市教員会館）
費　　用	一般 2,500円　会員 2,000円　学生 1,500円
定　　員	50 名

「いつでも、どこでも、だれでも」できるレクリエーションダンス

子どもから高齢の方までみんなで楽しめるダンスをご紹介します。ひとりで、ペアで、椅子に座って！レクリエーションダンスはいろいろなアレンジができます。

レクリエーション塾 ～講師または講師をめざす方のための研修会～

昨号の情報誌やホームページでもお知らせいたしましたように、本年のレクリエーション塾は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、前期（5月～ 10月）を中止し、後期のみの開催としておりました。

しかしながら、現在も予断を許さない状況が続いていることから、今年度は回数を２回に絞り、2022年1月～2月に「講師」や「講師補助」を担っておられる方やめざしておられる方を対象とした開催を予定しています。なお、詳細は次号および協会ホームページにてお知らせいたします。

※本講習会は準上級レク・インストラクターの申請用件となる「講師向け研修会」に該当します。

ウォークラリー指導員養成講習会 中止にともなう資格更新について

新型コロナ感染拡大による緊急事態宣言延長を受け、今年度は中止させていただきました。今回、資格更新のため講習を予定されていた方には、更新期日を１年延期させていただきます。

レク・リーダー紹介

今こそ「私たちの出番」です

レクリエーション（以下レク）とは、仕事や勉強の疲れを癒すための休養や気晴らし。またその為に行われる様々な活動…と辞書には書いています。今一つピンときませんでしたが、そんな時、故片倉専務（当時レク協会専務理事）が「島野さん、楽しいことがレクリエーションや。食べることも寝ることも。」この一言がレク活動を始めるきっかけとなりました。あれから10年、企業の健康づくりのサポート、地域のシニアとの交流、ニュースポーツを通じて中学校の部活のお手伝いなど毎日が楽しい日々です。今は、新型コロナという難敵の前に、私達の活動が制限されています。でも、こんな時こそ大阪を明るく元気にするのがレク活動です。今できること、今しかできないことを、私たちレク・リーダーの力で少しずつ前に進めていきましょう。

大阪府レクリエーション協会　公認講師　島野 哲司

レクリエーションのお陰

楽しい事・話す事・歌う事が大好きで、私にできる事を青少年や高齢者に提供しています。こんなに充実した日々を過ごせているのは大阪府レクリエーション協会・先輩方のお陰！と感謝してます。主婦業・子育ての真っ最中、やるべき事を突然失った時にレクリエーション（以下レク）に出会いました。そこで出会ったのが、前向きのみの先生方です。

現在レクや音楽を提供する時、そこに『楽しい』を作り、『笑顔』を溢れさせたい。とレクが掲げているスローガンを目標にしています。更に先輩方の様に、『無理をせず・皆が心地よく』ができるようになりたいです。これからはもっと『いきがい・やりがい・豊かな人生』をいろいろな方と一緒に作っていきたい！と思っています。

大阪府レクリエーション協会　公認講師　田倉 みさ

レクリエーションとの出会い

私は、大学時代にレクリエーションというものを知り学びました。幼児から高齢者まで幅広く楽しめる遊びであり、人とのコミュニケーションを自然に図れると感じました。その後、保育について学ぶため専門学校に通い、レクリエーションを学ぶ機会を再びいただき、今の仕事に生かされていると思います。子どもの中にも、だれとでも話せて遊べる子がいたり、皆の輪になかなか入ることができず戸惑う子もいたりと様々な性格を持つ子どもがいますが、レクリエーションを保育で活用することで、みんなが楽しみ自然と笑顔になる姿が素敵だなと思います。

日々子ども達とダンスや体操やレクリエーションを楽しみ、子ども達の笑顔に出会えることが、私にとって幸せなことだと思います。

準中級レクリエーション・インストラクター　落岩 彩加

課程認定校紹介　四天王寺大学・四天王寺大学短期大学部

本学は、2003年度より社会福祉士・介護福祉士資格取得を目指す福祉・介護系学生を対象に課程認定校になりました。さらに2006年度より、保育士資格取得を目指す保育系学生も追加して養成を行っています。本学学生は、良くも悪くもおとなしいです。教員としては学生が本来持っている「学びたい」「やってみたい」という素朴な心をもう一度呼び起こすために教育内容の検討を重ねています。

「課程認定校レクリエーション交流大会」に参加することにより、それまでの受け身の姿勢が変わるなど、いわゆる「社会人基礎力」の醸成に大きな効果があることが本学の先輩たちのアンケート結果を追跡研究してわかりました。これからも「心の元気づくり」の担い手となるレク・インストラクター養成に努めて参ります。

事業実施報告

大阪府生涯スポーツ・ディレクターの会 フォローアップ研修会

7月14日（土）大阪市教育会館５Fパレストラにて、フォローアップ研修を開催しました。大阪府は、まん延防止等重点措置の状況下でしたが、万全の感染対策を講じ、会員各位のご理解もあって、約60名（役員含む）の参加者の皆様と楽しい時間を共有することができました。当日のプログラムをご紹介します。

❶「おうちトレ」で免疫力アップ

片足立ち

昇降運動（足ふみ）

握力（ハンドグリップ）

おうちで過ごすことが多いと思いますので、ぜひ取り組んでみてください。

❷普段なかなか実施できないニュースポーツ種目の体験

カローリング・ストライクボウリング・スカットボール・スティッククリング体験とはいっても、いざ始まると、真剣そのものでした。さすがSSDのメンバーです。色々と制約はありますが、皆さんの笑顔にふれると、今できることを少しずつ前に進めようと思いました。

次回のフォローアップ研修は、2022年2月5日（土）を予定しています。

お役立ちレクリエーション情報

▸お手軽クラフト◂

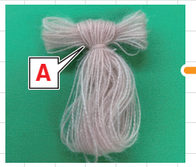
毛糸を巻き巻き かわいいワンちゃん

材　料

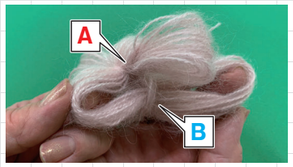
- ★クラフトモヘア（１巻きで５～７個作れる）
- ★厚紙（10×12㎝）
- ★黒ビーズ１個
- ★目玉（手芸用動眼）２個
- ★接着剤
- ★ハサミ

❶ 縦に50巻きする

❷ 横に20巻きする



❸ 縦巻きに横巻きを差し込み、Aでくくる

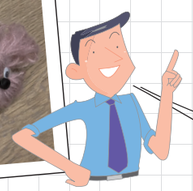


❹ 鼻からあごの下の部分に人差し指を入れてふくらみを作り、Bでくくる

❺ 眼、鼻を接着剤でつける

完成!!

いろんな表情のワンちゃんがいて、かわいい!!



あなたのお役立ち情報・おすすめレクリエーション活動・クラフトなど、是非、お寄せください。お待ちしています！

賛助会員のご紹介

大阪住之江レクリエーションクラブ

日本民踊を通して「楽しさをつくり、生きる喜びをつくる」をモットーに50年の月日が過ぎました。

多くの人との出会いと別れがありましたが、かけがえのない学びと生きる喜びがありました。

会員も高齢になりましたが、頭と身体を使い、地域や大阪府日本民踊協会の活動の中で楽しく元気に踊っていきたいと思っています。

■各種イベントの申込方法 申し込みから当日までの流れ

1 ハガキ、FAX、E-mail のいずれかで申し込みをしてください。

【申込専用メール】
sanka@ora.ecnet.jp

⚠ 行事名、氏名、年齢、住所、電話、所属（学校・会員）をご記入ください。

▼

2 参加費は事前払込みをお願いします。

⚠ 通信欄に申込内容（行事名、開催日、参加者全員の氏名）を必ずお書きください。

【郵便払込/口座記号番号】
00960-1-63092
【名義人】
公益財団法人
大阪府レクリエーション協会

＊参加費の納入は、1週間前までにお願いします。

▼

3 参加費を支払った納入書を持参し、会場へお越しください。
ご欠席の場合は必ず連絡をお願いします。

＊開始直前は受付の混雑が予想されますのでお早めにお越しください。

おことわり

- ・各種イベントの申し込み後には、当協会から受付確認の連絡はいたしません。定員に達した場合のみ連絡します。
- ・事前に申し込み手続きがない方には、参加中の事故や怪我に対する保険は対象になりません。

編集後記

『心に太陽を持て…』

“心に太陽を持て。嵐が吹こうと吹雪がこようと、いつも心に太陽を持て”。ドイツの詩人チエーザレ・フライシュレンの詩の一節ですが、終戦２年後の1947年小5の秋、担任の教師が黒板に書かれたこの詩を写しました。時は移り1999年、60代からウオークで全国を行脚の際、秋田県のとある小学校の庭で奇しくも「この詩」と出会いました。昨春から全国にまん延する「新型コロナウイルス」の更なる感染の急拡大、感染者増に政府は今夏8月25日、東京を含む全国の半数を超える都道府県に緊急事態宣言及びまん延防止等重点措置が実施されました。どうぞ皆様くれぐれもご留意ください。　K.H

ご注意ください

今後の新型コロナウイルス感染拡大状況・天候等によって、やむを得ず、事業を中止・変更することがあります。その場合には、ホームページでお知らせしますので、ご確認いただきますよう、お願いいたします。

休日のお知らせ

大阪府立体育会館の休館に伴い、10/5（火）、11/2（火）、12/7（火）、12/29（水）～ 1/4（火）は休ませていただきます。