

平成23年10月 発行

特定非営利活動(NPO)法人

北九州市レクリエーション協会

〒802-0065 北九州市小倉北区三萩野3丁目3番1号

電話(093)921-2801 FAX(093)921-2802

URL <http://www.kitarec.com/>

# 北レクだより

## 第17号

素材：LITTLE HOUSE(<http://homepage1.nifty.com/kumamis/>)

### 会員のスキルアップ研修会

～レク・インストラクター養成におけるコーチングの応用～

平成23年8月28日(日) TOTO 研修センターにて開催されました。

人を育てるための一つの方法である「コーチング」。目的達成へと上手く導くにはどうしたらいいのか？普段からレクリエーション・インストラクターとして活動している会員のスキルアップを目指した研修会となりました。

ホスピタリティの奥深さを認識すると同時に、この日に学んだことを今後の活動に活かすことができると感じた人は多いでしょう。



講師： 藺田 碩哉 先生

実践女子短期大学 生活福祉学科 教授

余暇、レジャーレクリエーションをめぐる理論的または実践的な検討。まちづくりや生涯学習に関するワークショップを通して人間開発を目指すグループワークトレーニングを行っている。



### 秘技！グループワーク特訓中！

#### 「スキルアップ研修会」

北九州市レクリエーション協会 理事 福中みゆき

まずは質問です。素晴らしいといわれるレクリエーションインストラクターになるにはどうすればよいでしょうか？みなさんはお分りですか？答えは、ホスピタリティを磨く、ということです。そんなの知ってるよ、と思われたでしょうか？今回の藺田先生の研修会は、このテーマについて今までになく深く考えさせられる内容でした。

ホスピタリティ、おもてなしの心とはインストラクター養成講座で耳にタコができるほど聞かされる言葉ですが、果たして私たちはその心をしっかり理解して卒業してきたのでしょうか。先生によると、ホスピタリティとは相手を大切にすること。相手を中心に置いて相手を受け止めることです。これが「おもてなし」という日本語と通じるものがあるのですね。だから、相手との会話ではまずよく聞くこと。『傾聴』です。相手に対する好奇心があるから質問を發します。互いに理解しようと話し合います。そのための一つのスキルがコーチングというわけです。ビジネスでは何か相手を丸め込んで自分の思い通りに操作する技法のように語られることの多いコーチングですが、先生のお話を聞いていると「なるほどなあ、これが正しい使い方なのか」と感心しました。盛りだくさんのお持ち帰り内容から一つだけご紹介しましょう。

相手が話したら、しっかり聞いて、目を見てうなずいて、相手の話したことを繰り返しましょう。そうすれば話し手の感情まで共有することができます。これが「共感」。話し手は「聞いてくれている、理解してくれている」と思ってくれるはず。意外に簡単ですぐにも実践できそうですね？

全部の時間を通じて、諸所にきらっと光るスキルなどを盛り込みながらのあっという間の5時間でした。やっぱりさすが藺田先生でした。

# 第65回全国レクリエーション大会 IN しが 体験レポート

平成23年9月23日（金・祝）～25日（日）

龍谷大学瀬田キャンパス他滋賀県内各施設において全国レクリエーション大会が盛大に行われました。北九州インディアカ協会と九州レクダンス研究会の方々が参加しました。とても楽しい日になった様子です。体験談を聞かせていただきます。



## 北九州インディアカ協会 会長 幸尾信二郎

あふれでる レクのいぶきを びわ湖からのスローガンのもと、第65回全国レクリエーション大会が滋賀県で笑顔 Again を合言葉に東日本大震災復興支援事業として開催され、開会式は大津プリンスホテルで行われ文部科学副大臣・総務大臣・市が県知事等・日本レクリエーション協会の挨拶があり、その後レクリエーション運動の普及復興・功績をあげられた全国47都道府県から113名の表彰があり、レクリエーション活動関係者の多さにびっくりした。レクリエーションを通じて多くの人たちが全国の地域づくりに貢献されていて人と人との交流の大切さ知りました。私たちが出場する種目別交流大14種目の中のインディアカは草津市立総合体育館で開始され、35チームの参加がありそのうち全国から13チーム出場、九州からは福岡・長崎が出場し一般混合の部・一般女子の部・シニアの部にわかれ、どのクラスも熱戦が展開され真剣の中にも楽しさ・笑いがあり、県外のみなさんと親睦・交流が図れました。幸いにも福岡県が出場した一般女子・シニア混合は1位となり選手全員が大喜び、思い出に残る全国大会でした。今回の大会を通じて人と人とのつながりの大切さ、小さな力が終結すれば大きな力になることを知り、少しでも地域社会に貢献していきたいと思いました。



真心がこもった開会式（写真提供：幸尾信二郎 氏）

## 九州レクダンス研究会 代表 梅田典子

私達レクダンスの仲間はKRDS 8名、遠賀レクダンスサークル6名の計14名で参加しました。総合開会式は今の時代のことも考えてか余り派手さがなく、地味に見えました。交歓のゆうべでは福岡県レクのメンバーとテーブルが隣り合わせになり懐かしい顔にたくさん出会い話が弾みました。

二日目皆でレクダンスの会場に行き、地元の指導者や日連の指導者の方々の指導で16曲を踊りました。お昼に行われたデモンストレーションも華麗なる衣装で全国各地の方が11曲も披露されました。「福岡県大会では私達も踊りたいね」と皆で話しました。会場は広く、床板だったのでとても踊りやすかったです。

三日目は研究フォーラムの「みんなで楽しめるイス体操」に参加し、笑いも交えながら体をほぐしました。

ホテルも琵琶湖の近くだったので朝のウォーキングをしたり、京都市内や石山寺などちょっぴり観光も楽しみ、有意義な三日間でした。



**第67回全国レクリエーション大会 福岡開催決定！**



# 事業報告 (7月~10月) 元気でがんばっています



## 介護レクリエーション講座 (① 6月12日 ② 8月28日 ③ 10月16日)

(株) MT-Japan  
眞鍋孝輔氏  
「今の自分に出来ること  
自分らしく働くために」



日本タッチケア協会  
橋田真理子氏  
「タッチケア」

北九州市立大学  
中島俊介氏  
「メンタルヘルス」



北九州市レクリエーション協会  
久津摩守氏  
「響感健康体操」

お陰さまで大盛況のうち  
全3回終了しました



勉強熱心な参加者達でした



## 親子元気アップ事業

7月29日(金) 三萩野体育館にて  
子どもの体力向上推進事業。  
森林幼稚園の園児・保護者にご協力  
いただきました。



## コミュニケーション講座

貴船小学校 菊池省三先生の人気講  
座です。「拍手はおでこの前で相手  
に見えるようにする」が、菊池流。  
実践してみましょう。



## 農業体験教室

10月15日(土)  
稲刈りをしました。  
手作業のため  
大変でした。



## レクダンス講習会

8月21日(日) 大谷体育館にて  
熊本から有働紘子先生をお招きして  
の楽しい講習会でした。



## 笑いがもたらす健康効果

9月4日(日) 川崎亭好朝「野ざら  
し」川崎亭遊歩「そこつの釘」北盲  
亭小もじ(子ども落語全国大会優勝)  
演じました。会場は笑いの渦でした。



## リトミック教室

東筑紫短期大学 岡本昌代先生指導。  
恒例の逆立ちタイムです。子ども達  
のはしゃぎ声が会場中に広がります



## 平尾台を歩く(秋)

10月1日(日) カルスト台地の平尾  
台で自然の造形を楽しみました。  
歩く前に準備体操もしっかりと行い  
ます。



## ジュニアスポーツ体験教室

前期が終了しました。  
運動だけではなく  
食育教室もありました。  
11月12日より後期が始まります。



## ジュニア元気っ子教室

前期が終了しました。体力テストで  
は全員が体力アップしていました。  
11月12日より後期が始まります。



## 第67期

### レク・インストラクター養成講座

9月3・4日初めての宿泊研修で  
した。台風の心配もありましたが無事  
に実施されました。後半戦突入です。



## 市民体育祭

10月8日開会式。三萩野体育館ではユニ  
カール大会、10月16日インディアカ大  
会が若松体育館で開催されました。29日  
に関門ウォーキングがあります。



## 北九州市都市緑化祭

10月16日(日) 若松グ  
リーンパークで開催されま  
した。ニュースポーツやク  
ラフトを楽しみました





# 北九州市レクリエーション協会からのお知らせ



## 応援よろしくお祈りします

第 67 期レクカレ受講生達は「事業参加 1 回」「スタッフ参加 2 回」の履修科目があります。会場準備・お客様の接待など事業の裏方を経験していただいています。一生懸命頑張っています。



介護レクリエーション講座にて

## チャレンジ・ザ・ゲーム普及指導員

平成 23 年 9 月 10 日 (土) 大野城市大城小学校体育館にて審判員養成講習会が開催されました。北九州市レクリエーション協会からも普及指導員が誕生しています。

### 【更新者】

稲森規雄さん 片山理恵さん  
香月純子さん 長濱純子さん  
平野月子さん 山地寿美子さん

### 【新規】

頓田恵子さん 松永美和子さん

チャレンジ・ザ・ゲームの楽しさを広げていって下さい

## 平成24年度新事業企画募集

会員の皆様！北九州市レクリエーション協会です。新しい事業を展開してみませんか？「こんな事業がやってみてみたい」「市民の皆さんに提供したいプログラムがある」など、自身に温めているものがあれば、教えて下さい。

事業推進委員会の開催の都合上、平成 24 年 2 月 20 日の締切とさせていただきます。

お待ちしております



何もかも忘れて遊んでください  
遊び一色に染まってお楽しみを...

平成23年

11月20日(日)  
10:00~15:00  
新日鐵大谷体育館

八幡東区大谷1-2-6

雨が降っても遊べます  
駐車場もあります

入場無料

「お楽しみ抽選会」「スタンプラリー」など、  
わくわくだるだるするイベントも盛りです。

【お問い合わせ】  
NPO 法人  
北九州市レクリエーション協会  
TEL 093-921-2801  
http://www.kitarec.com

主催 NPO 法人 北九州市レクリエーション協会 共催 北九州市  
後援 社会福祉法人 北九州市福祉事業団 北九州市八幡東区老人クラブ連合会

# 第45回 レクリエーション祭り



### 【メイン会場】

- ☆ 木橋系力球
- ☆ スポーツチャンバラ
- ☆ めくり総
- ☆ パナナの叩き売り
- ☆ 大声大会
- ☆ 紙飛行機大会
- ☆ レクダンス
- ☆ てかてかカルタ

### 【多目的ルーム(床・畳)】

- ☆ 癒しへの招待
- ☆ 癒しのレクリエーションケア
- ☆ 親子でリトミック

### 【アリーナ周辺】

- ☆ ニュースポーツ体験  
ユニカールストラックアウトなど
- ☆ 体力テスト
- ☆ クラフト
- ☆ 皿まわし
- ☆ 赤旗販売
- ☆ 神心花(桜光南市民センター活動クラブ)
- ☆ ひおり(八幡東区老人会)

### 【体育館前】

- ☆ 香空市場
- ☆ うどん
- ☆ パン
- ☆ ききずい・ゆなり・ぼた餅など

来てみてのお楽しみ

## 皆さんの笑顔に逢いたい

今年もやります！燃えます！楽しめます！  
会員のお祭りです。お誘い合わせの上、ぜひぜひ遊びに来て下さい。そして.....

ただ今、スタッフ募集中 デス。

北九州市レクリエーション協会 事務局 (TEL:093-921-2801)にお問合わせ下さい

【編集後記】長い暑い夏が過ぎていきました。夏の疲れがでていませんか？「楽しい」を見つけていますか？この北レクだより第17号は会員の方にご協力をいただきました。急な原稿依頼にもかかわらず、お忙しい中、執筆していただき大変感謝しています。ありがとうございました。今年も恒例のレクリエーション祭りが開催されます。皆様にお会いできることを楽しみにしています。 恭