

平成21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

会員のコミュニケーション誌です。

第11号

※この紙面には LITTLE HOUSE(<http://homepage1.nifty.com/kumamis/>)の素材を使用しています。

楽しさ満載！！

## 2009レクリエーション祭り

11月15日（日）10：00～15：00

新日鐵大谷体育館

会員さんによる企画で『熱いレクへの想い、熱意、情熱』を多くの方々と分かち合うことができる“レクリエーション祭り”も今年で4回目を迎えます。いろいろな企画満載の体験型レク祭です。見るのもやるのも陰の力になるのもOK！です。みなさんのお力で、有意義な1日になりますよう…ぜひご参加ください。

### アリーナ周辺

- ☆ニューススポーツ  
体験
- ☆体力測定
- ☆ユニカール
- ☆トランポリン他

### アリーナ周辺

- ☆クラフト
- ☆伝統芸と  
伝承あそび
- ☆大声大会他

### 多目的（たたみ）

- ☆親子でリトミック
- ☆運動あそび

### 屋外

- ☆バザー
- ☆青空市場
- ☆ターゲットバードゴ  
ルフ体験

### 多目的（床）

- ☆癒しの  
リスムセラピー
- ☆みんなで歌おう  
童謡・唱歌

### エントランス

- ☆北レクの  
あゆみを  
ご紹介します
- ☆赤米・エコ  
石鹼を販売し  
ます

### 共催

北九州市

### 後援

社会福祉法人 福祉事  
業団・北九州市八幡東  
区老人クラブ連合会

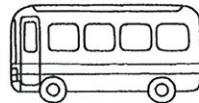
福引き・スタンフラ  
リーもあるよ☆

# 全国レクリエーション大会IN長崎

9月19日（土）～21日（祝）

以下の行程で会員さん、各種団体、もじ少年自然の家職員、事務局から参加しました。

- |          |  |
|----------|--|
| 9月19日（土） | 開会式・「交歓のタベ」に参加   |
| 20日（日）   | 研究フォーラムへ各自参加（10名）<br>「ユニカール大会」（北九州市ユニカール協会）<br>「インディアカ大会」（北九州インディアカ協会） |
| 21日（祝）   | 各研究フォーラムへ参加（3名）<br>「レクダンス大会」（KRDS・遠賀、芦屋両レクダンスサークル）                     |



理事長 大塚俊克

「第63回全国レクリエーション大会 in 長崎」に9月19,20日の両日北レク会員の皆さんと一緒に参加させていただきました。

長崎への往路は、レクダンスの皆さん的好意により貸し切りバスにご一緒させて頂き和やかで楽しくまた会場まで横付けという快適なバスの旅となり、ありがとうございました。

全国レクリエーション大会への参加は、私は初めてで色々な体験と勉強をさせていただきました。

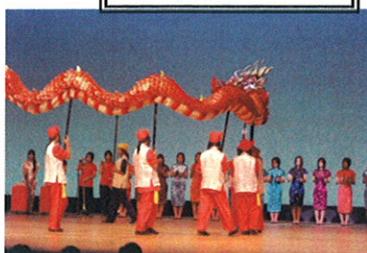
何より、長崎県レクの役員及び会員の皆さまのおもてなしの心に感銘を受けました。

大会当日をはじめ長い準備期間を通して長崎県各地から馳せ参じてこられた会員の皆さん的一致団結した活動に心から敬意を表します。

また大会では、色々なセッションに参加させて頂きましたが、レクリエーションの幅広さを再認識すると共に北海道から沖縄まで全国各地から見えられた参加者の皆さんと椅子を接し机を囲んでお話しや討論をさせて頂きました。皆さんの前向きな研鑽意欲やレクに対する厚い思いを感じ、私にとって大きな勇気付けとなりました。

今回の全国レク参加の体験を活かして、今後の北レクの活性化に前向きに取り組んで行きたいと思っています。

総合開会式  
～アトラクション～



会員さんと…



お馴染み！  
レクダンスのみなさん

交歓のタベ  
～グラバー園からの夜景～



## 「新たな遊びへの誘導」

もじ少年自然の家 南 浩一

往路でご一緒させて頂いたレクダンスの皆さん楽しい時間を共有させて頂きました。サンタクロースアカデミー・ステンドグラス・凧作り・オンラインゲームの指導や作成の仕方・じゃんけんゲーム等、参加予定に入れていたものにも飛び入り参加して、多くのことを学ぶと共に、今後の“もじ”での活動や主催事業のアイデアを膨らませることができました。早速材料を100円ショップで購入し、オンラインゲームを作っています。これでまた、子どもたちに新たな遊びへの誘導ができます。全国レク大会に参加するのは、初めてでしたが、地域の特徴が生かされた様々なレクに今後も大いに触れ合いたいと感じています。そしてアレンジによって、身近に取り入れられるレク開発に取組んでみたいと思いました。大変勉強になった大会でした。

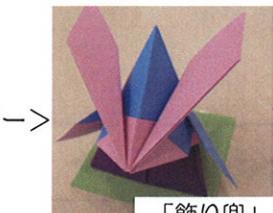


オンラインゲーム

## 「長崎ハタ」



〈折り紙コーナー〉



「飾り兜」



「祝い鶴」

「皆さんのパワーに圧倒！そして感動！」

事務局 村上 浩子

レク大会に参加されている方や関係者の方々の笑顔と目の輝きがとても印象的でした。特に、どこの場所に行っても年配者のパワーに圧倒されながらも『元気』と『やる気』をいただき、リフレッシュできた2日間でした。また、盛りだくさんの研究フォーラムはどれも興味深かったのですが、即実践可能なレク財に関連する2講座と「高齢者の老化予防」「幼児の体力向上」に関する2講義を選択しました。やや、あわただしく、スケジュールの都合で最後まで講義を受けられなかつたことは残念でしたが…。いずれも充実したものばかりで、レクのノウハウを学び、高齢者や子どもが抱える課題を改めて考える機会を与えていただきました。講師陣の熱い思いに心打たれ、自分自身へ叱咤激励しながら北九州への帰路につきました。

## 「実り多き長崎」

もし少年自然の家 藤本麻美

総合開会式では長崎ならではの蛇踊りやオランダ万才、名所グラバー園でのレセプションと、長崎を全体にアピールした歓迎を受け大変嬉しく思いました。

研究フォーラムでは地域の伝統芸能である「長崎ハタ作り」「ステンドグラス作り」に挑戦しました。伝統芸能を守り続ける方々の思いを実際に作ってみることで感じることができ、大変貴重な体験が出来たと思います。また午後からのフォーラムは、グループワークトレーニングに参加しました。参加者の皆さんとグループを作り、与えられた課題を解決していくますが、その過程でうまれる協力の大切さ、相手への理解や思いやり、また自分への気付きや気持ちの変化など、グループワーク（共働作業）を通じ、改めて人との関わり方を再認識することが出来たとともに今後の課題も多く見つけることが出来ました。

レクリエーションに携わる多くの方々との出会い、交流、そして情報交換を大切に今後も普及に努めていきたいと思います。

〈福祉現場で生まれたレクてんこもり！

「西宮・福祉レク学習会」長崎出前講座の一場面〉

ゲーム名は  
「白い巨塔」



軍手とロープを活用し  
た『引っ張りゲーム』

## 〈お 知 ら せ〉

全国レク大会へ参加された方の協力を得て、後日「報告会」を実施予定です。

各参加者が得た情報交換の場でありながら、また参加されていない方々への情報提供の場として設定したいと思います。詳細は、後日お知らせいたしますので乞うご期待！！

## ☆北九州市レクリエーション協会からのお願い ☆

北九州市レクリエーション協会の活動は皆様の会費によって支えられております。会員登録希望者歓迎です。今年度、会員申込み提出と会費納入をされてない方は、是非御協力いただきますようお願いいたします。仲間を増やして楽しいレク活動を展開ていきましょう！

# 種目団体紹介

\*紹介コーナー 第3弾です

団体名	北九州市ユニカール協会
会員数	108名
代表者	会長：前田 昭弘（理事長：西尾 潔）
連絡先	093-662-0086（事務局）

ユニカールとは、冬季オリンピックで有名な氷上カーリングの陸上版として考案され、競技は黄色と青色の重さ3kgのストーンを交互にスライドカーペット上を滑らせ10m先にあるサークルの中心に近づけることで勝ち負けを競う競技です。老若男女、年齢を問わず誰でも参加出来るニュースポーツです。

活動内容は、北九州市大会（6回/年）の開催。更には、全国大会・西日本大会（各1回/年）の参加など、会員みんなで「ユニカール」を楽しんでいます。

特に、9月20日（日）に長崎で開催された全国大会では、北九州のチームが準優勝と3位に入り全国に北九州市のレベルの高さを示す事が出来ました。

みなさんも、ユニカールを体験してみませんか？

皆様のお越しをお待ちしています。

全国レク大会  
準優勝おめでとうございます



## スタッフ募集のお知らせ

### HP作成者募集中！！

北レクの年間の事業案内と、イベント終了後の報告をします。  
現在、1名活躍中！！  
パソコンを使って、北レクを広く市民の皆様に知っていただくチャンス！！いろいろ工夫を凝らしながら、素適な画面に仕上げていただく楽しい作業です。  
われこそはと思う方は、ぜひ、ご一報を！！

### 北レクだよりと一緒に作ってみませんか！！

年3回発行の会員向け機関紙、『北レクだより』も今回で第11号を発行いたしました。イベント情報・活動報告…「北レク」のことをもっと皆様に知っていただけるお知恵を拝借させてください。次回から、あなたの手と知恵を加えた広報誌を作ってみませんか。

日頃、いろいろな事業で、講師やスタッフとして関わっている会員の方々に感謝いたします。何かとご多忙中とは存じますが、興味のある方、是非ご協力願います。

m (・・) m

## ZOOZ 冒險隊

8月26日(水)～

28日(金)



数年ぶりに夏のZOOZ冒險隊が復活！カヌーでかぶら島にむかい、そこでキャンプ。日常では体験できない貴重な思い出ができたことでしょう。



## 市民体育祭

レクダンス 9月13日(日)  
高塔山健康歩キング 10月19日(日)

## ジュニアスポーツ体験教室

小倉北区、南区で実施！本年度は、「食育」のプログラムをとりいれ、もじ少年自然の家で野外炊飯を行いました。前期は8月で終了。9月から後期が始まっています。



## 親子でチャレンジ 8月23日(日)

親子でのものづくりに挑戦！！

使い古しのハガキで作った

飛行機の飛距離に

皆さん驚いて

いました。



## レク・カレ情報

毎月行っているレク・カレも9月は、恒例の宿泊研修を「もじ少年自然の家」で行いました。



## 活動報告 7月～9月

### 自然体験教室



新規事業の“農業体験”。苅田の棚田で赤米を中心に作物をつくって収穫まで行います。参加者の皆さんには毎月1回、スタッフは頻繁に田んぼの管理等で大忙しです。農業以外にも大自然を満喫することができて、毎回新しい発見と体験ができます



### 親子で遊ぼう！ パパ・ママ・キッズ

北九州市からの委託事業です。  
3歳から6歳までの未就学児と保護者を対象に、運動あそびと食育の活動を行っています。

①7月25日②9月5日③10月3日



## 省三先生の

## コミュニケーション講座

第2回目 7月11日(土)

第3回目 9月12日(土)

今年度も5回シリーズで行っています。11月14日はいよいよ最終回。コミュニケーション力を高める日常でのヒントがありますよ。



## 平尾台を歩く

春の3シリーズを終え、秋のシリーズが始まりました。

第1回目 9月23日(祝)  
あいにくの天候で時折小雨が降りましたが、可憐な花たちが出迎えてくれ、心和む散策でした。



## 福祉部

7月12日(日) 福祉レク  
「手話ダンス」

8月22日(土) 介護レク  
「音楽療法と太極拳」



## 来年度の事業計画について

毎月行っている各事業部の「部長・副部長会議」などで、年内には来年度の方針を協議していきます。それぞれの事業に関わってくださった方のご意見も伺いながら、参考にさせていただけると幸いです。各事業部の会議（部会を実施しているところもあります）の場で発言されてもいいですし、直接事務局へ連絡いただいても結構です。

みな様のより率直な“声”を反映できるよう検討していくので、些細なことでも遠慮なくお申し付けください。



## イベント情報



**11月22日(日)**  
レクダンス講習会  
大谷体育館  
**9:30~14:30**

牧野正江先生をお迎えしての講習会です。参加費1500円です。

**1月24日(日)**  
懐古的落語ひろば  
TOTO研修室  
**14:00~15:30**

少し先の予定ですが…。多くの方の参加お待ちしています！笑いがもたらす健康効果を本講座で実感してみませんか？

**11月23日(祝)**  
秋を求めて平尾台を歩く③  
貴山へ  
**8:00~15:00**

黄金色の草原を散策しましょう。

**11月22日(日)**  
山歩き健康教室③  
花尾山  
**8:30~15:00**

山の景色を楽しみながら自分のペースで、歩いてみましょう。

**12月19日(土)**  
介護レク講座④  
TOTO研修室  
**10:00~16:00**

講座内容は、「クラフト」と「認知症対策」です。

**11月14日(土)**  
省三先生のコミュニケーション講座  
TOTO研修室  
**14:00~16:00**

シリーズ最終回のテーマは『コミュニケーション力が育つ環境をつくろう！』です。ぜひ参加を…



## 特別講座のご案内

### 「人間関係講座」

～自分の中の可能性や自分らしい生き方を見つけましょう！～  
この講座は、自由に表現できる自分を発見し、コミュニケーションの達人を目指します。

**11月29日(日)**  
9:00~16:00  
TOTO研修センターにて  
参加費 会員 3000円  
非会員 5000円

### ☆講師「三好良子先生」のプロフィール☆

人材育成コンサルタント・産業能率大学総合研究所立教女学院短期大学・SPコミュニケーションカウンセラー  
レクリエーションコーディネーター・余暇生活開発士  
日本グループワーク・トレーニング協会理事長・上級アドバイザー

現在までに、行政・企業・福祉・地域・学校・生涯学習のための“人間関係学”や能力開発の講師として、全国で講演・研修・講義・セミナーに従事するばかりでなく、レクリエーションコーディネーター、健康・生きがいづくりアドバイザー、日本GWT協会理事長、メンタルスペシャリストなどの肩書きを持ち、「心と体と頭の健康づくり」と称する分野で幅広く活躍中。



### 編集後記

過ごしやすい季節になりました。澄み切った青空やいわし雲の景色に心休まり…虫の音で感傷に浸るふとした瞬間、穏やかになる今日この頃です。この季節は、屋外のイベントが多く、また「レク祭り」をひかえ、たくさんの会員さん方に支えられていることを実感しています。  
これからのお問い合わせ「北レクだより」もみなさんのご意見を参考にさせていただきながら、より充実した広報誌にしたいと思います。どうぞ忌憚のないご意見を…お待ちしております。

(56期卒 村上)