

2023

Vol,
105

府レクだより

京都府レクリエーション・ニュース

新春号



〒601-8047
京都市南区東九条下殿田町 70
京都府スポーツセンター内
TEL&FAX: 075-634-7584
Email: info@kyoto-rec.net
URL: http://www.kyoto-rec.net

発行: 特定非営利活動法人京都府レクリエーション協会
編集: 広報委員会

京都府レクリエーション協会は、 特定非営利活動法人として新たな一歩を踏み出します

京都府レクリエーション協会は昭和 26 年に発足して以来、多くのレクリエーション愛好家と共に活動の輪を広げ、昨年創立 70 周年を迎えました。そしてこのたび、特定非営利活動法人京都府レクリエーション協会として新たな一歩を踏み出すこととなりました。今日まで活動を続けてこられましたのも、会員の皆様や関係団体の皆様のご協力のおかげと心より感謝いたしております。今後も、皆様と共にレクリエーションを通して人々の心を元気にし、府民一人ひとりの豊かで活力に満ちた文化生活を支援するため、より一層努力してまいります。何卒、益々のお力添えをいただきますよう、よろしくお願い申し上げます。



令和 4 年度スポーツ振興くじ (toto) 助成事業

スポレクEXPO ～第18回レクリエーション大会in京都～ 終了

令和 4 年 11 月 26 日 (土) 伏見港公園体育館・園地 参加者約 700 名

新法人として初めて、加盟団体や課程認定校、関係団体の皆様のご協力を得て、一般府民の皆様にスポーツ・レクリエーション種目を体験していただくイベントを開催しました。小さなお子様からシニアの方々まで幅広い世代に楽しんでいただきました。ご参加 & ご協力いただきました皆様、ありがとうございました。



共催 京都府 公益財団法人日本レクリエーション協会／協力 加盟団体 課程認定校 伏見港スポーツパークパートナーズ

※令和 4 年 12 月 28 日から令和 5 年 1 月 4 日までは冬期休暇をいただきます。

特定非営利活動法人京都府レクリエーション協会 平日火～金曜日 10:00～17:00



https://twitter.com/kyoto_rec



Instagram

https://www.instagram.com/kyoto.rec26/

『第3回チャレンジしようよ スポーツの森』報告

3年ぶりに「スポーツの森」(主催：京都府スポーツ協会)が亀岡運動公園体育館で開催されました。幼児から小学生を対象とし、運動遊び、エアロビクス、バルシューレ、ニュースポーツを半日で体験するイベントで、午前80名程度、午後はあいにくの雨にもかかわらず100名程度の親子が参加し、新しい運動・スポーツに熱心にチャレンジしていただきました。京都先端科学大学健康スポーツ学科の学生とともに、ニュースポーツコーナーの指導を担当しました。三宅ゼミ3年生藤田健斗君が、学生を代表して、当日の活動内容や感想をまとめてくれましたので、ご一読いただけますと幸いです。

(京都先端科学大学・京都府レク協会理事 三宅基子)

私たちは、11月13日のスポーツの森で、幼稚園児から小学生までの児童を対象にドッジビーの指導を行った。30分のプログラムの中で、参加者がドッジビーと触れ合ったり、投げ方の練習をしたり、試合形式で身体を動かしながら楽しんだ。

今回の良かった点は、自分たちの指導によって上達していく児童がいたということだ。性格や年齢に合わせて練習を教え、アドバイスすることによって、コツを掴む子供が増え、子どもたち自身もすごく楽しむことができていたと思う。

試合の際には、内気な児童にもフリスビーを投げてもらえるように声かけをし、ディスクを渡して全員が楽しめるようにするなどの工夫ができた。また、対象が小さい子供だったため、安全面に配慮してプログラムを進めた。

反省点としては、自分の手が空いていて試合を外から見ている時でも子どもとコミュニケーションを取ったり、アドバイスをしたり、雰囲気が良くなるような声かけができればもっと良かったのではないかなと思った。また、子どもと親御さんが一緒に参加していたため、どこまで声かけや指導をすればよいのかという点が難しいと感じた。他にも活動内容やドッジビーのルールを伝える際、話をなかなか聞いてくれな

い子どもたちもいたので、もっと話を聞いてもらえるように工夫が必要だと思った。

運営全体を通して、すべてが子どもたちのことを考えてプログラムが組まれており、看護師の方なども参加されていたので、安全面にはきちんと配慮されていた。

初対面の子ども達も多かったようだが、「スポーツの森」という場を通して関わりを持ち、友達づくりができる環境になっていたのも、子ども達にとってはものすごく貴重な経験となると思う。このようなイベントを開催するには、見えないところでたくさんの時間や手間がかかるが、子どもたちが楽しめるイベントがもっと増えればいいと思った。機会があればまた運営側として子どもたちと関わりたい。



加盟団体紹介

IDEゆうゆうスポーツクラブ

土曜日の午前中を中心に、井手町内で各種スポーツ教室等を開催しています。主に小学生を対象とした「野球・バドミントン・バスケットボール教室」に加え、今年度は親子で楽しめる「ぶんぶんゴマ作り」や「ふるさと農園活動」等も開催しています。オンラインにより著名なスポーツ選手に指導を受ける「オンライン教室」も実施しています。

『常に斬新なアイデアを持って楽しみながら夢を実現させること』をモットーに、子どもたちが生き生きと活動できる環境を、地域のスポーツ団体や社会教育団体、などの協力により運営しています。

子どもはもとより大人も参加し、体力・健康の保持増進と地域コミュニケーションの充実を図っていきます。



寒い季節を元気に乗り越えよう！楽しく運動を！

「健康体操教室」

寒い季節は体を動かすことが少なくなり、運動不足になりやすいものです。しかし、冬こそ基礎代謝を上げるチャンス！筋力の維持・向上、血流の改善等にも効果的な運動をレクリエーションで楽しく行います。寒い季節を、笑顔で元気に乗り越えましょう。

令和5年1月14日(土)【脳トレ×運動】

令和5年3月4日(土)【リズムックウォーキング】

時 間 10:00～12:00

会 場 京都医健専門学校 3F スタジオ
(中京区三条町室町西入衣棚51-2 地下鉄「烏丸御池」駅より西へ徒歩約5分)
※お車で越しの方は、近隣のコインパーキングをご利用ください。

定 員 15名(先着順)

参加費 一般 800円、日本レク協会公認指導者・学生 500円

持ち物 室内シューズ、タオル、水分補給ができるもの
(水・スポーツドリンク等)

申込み 京都府レクリエーション協会に以下をご連絡ください。
「氏名、電話番号、一般・公認指導者・学生」TEL、FAX、Email可

主 催 京都府レクリエーション協会 共 催 京都医健専門学校



「ワールドマスタースゲームズ関西」公式種目

アルティメット無料体験会

開催日 令和5年1月21日(土)、2月18日(土)、
3月19日(日)

時 間 10:00～15:00

会 場 山城総合運動公園太陽が丘 球技場A

当日の内容

- ◆アルティメット種目を知ろう
- ◆基礎技術の体験
 - ・ディスクを投げてみよう！
 - ・ディスクをキャッチしてみよう！
- ◆模擬ゲームの体験



参加費 無料

事前申し込み 不要
※事業実施時間内であれば、いつでも参加OK！

お一人から参加していただけます。

動きやすい服装でお越しください。感染症対策にご協力ください。

「ワールドマスタースゲームズ関西」の公式種目でもある“アルティメット”の無料体験会を実施します。

“アルティメット”って何？という方、大歓迎！ルール
の説明や基本的な動作から体験していきます。広いグラ
ンドで思いっきり楽しく体を動かしましょう！

アルティメットとは？

プラスチックのディスクをパスしながら運び、エンド
ゾーン内でパスをキャッチすると得点(1点)となる種
目です。球技にはないディスクの優れた飛行特性を最大
限に活かす技とあらゆる体力要素を必要とすること、ス
ピリット・オブ・ザ・ゲームというフェアプレーの基本
理念に基づいたセルフジャッジを採用していることから、
「Ultimate(究極)」という名前がつけられました。

また、身体接触を禁じているためチームスポーツでは
珍しい「ミックス(男女混合)部門」があることも特色
の一つです。フライングディスクは、マスター世代になっ
ても継続して楽しめるスポーツとして5大陸86カ国に普
及しているIOCとIPCの承認競技です。

主催・問合せ 京都府フライングディスク協会 090-3728-7494(担当：栗山)

事業のご案内

※レクリエーション・インストラクター資格取得のための現場実習対象事業です。●：事業参加 ▲：運営スタッフ参加
※新型コロナウイルス感染拡大防止対策に伴い、事業の縮小・中止の可能性があります。参加される場合は、事前に必ずご確認ください。※マスクの着用や体調管理チェック等、主催者が行う感染症対策にご協力ください。

事業名	バドミントンクラブ	小学生こうのすやま エコロベースクラブ	●▲軽スポーツ教室
開催日	1月12日～3月16日 毎週木曜日(2/23休み)	1月21日・3月18日 第3土曜日	2月3日～3月17日 毎週金曜日(2/17休み)
時 間	9:30～13:00	16:00～17:15	10:00～11:30
会 場	城陽市民体育館競技場		
内 容	バドミントンコートを開放します。お友達、ご家族で参加ください。体育館シューズ・ラケット持参	城陽生まれの「エコロベース」を体験しましょう。体育館シューズ持参	楽しく体を動かしましょう。体育館シューズ持参
参加費	小学生以上 1回500円	無料	18歳以上の方 1,800円
申込み	公益財団法人城陽市民余暇活動センター 0774-55-6222		

事業名	こま凧を作って遊ぼう!!	▲新春!凧揚げの日
開催日	1月7日(土)、8日(日)、9日(月・祝)	1月15日(日)
時 間	集合14:00～解散15:30	集合10:00～解散14:30
会 場	京都府立木津川運動公園「城陽五里五里の丘」	
内 容	誰でも簡単に遊べる昔ながらのこま凧を工夫しながら作ろう! 13:50までに受付。各日15組 持ち物:マスク、自己体調管理チェックリスト	広いはらっぱで、みんなで凧揚げ! 高い木や電線のない自由な大空を楽しめます。 凧の持ち込み大歓迎。凧の工作や販売もしています。
参加費	1枚600円 要予約	一部有料 予約不可
申込み	京都府立木津川運動公園「城陽五里五里の丘」 0774-66-6022	

京都府レクリエーション協会は、令和4年度スポーツくじ助成金381,000円の交付決定を受けて本誌を作成しております。より充実した情報発信を行うため、「府レクだより」に対するご意見・ご感想等をお寄せください。また、皆様の日頃の活動紹介やレクリエーションに対する思い、得意な遊びなど、レクリエーション活動に関するお便りも募集しております。

当協会事務局へお気軽にお寄せください。お待ちしております。

京都宇治 介護福祉士(国家資格)養成校

豊かな教養と人間性
確かな知識と技術
京都福祉専門学校で
介護福祉士を目指そう。



文部科学大臣認定 職業実践専門課程
京都福祉専門学校

宇治市小倉町春日森 25 番地
☎0774-21-7088

