

2024

Vol,
109

府レクだより

京都府レクリエーション・ニュース

新春号



スポーツくじ



本紙は、スポーツ振興くじの助成金を受けて発行しています。



Sport in Life

〒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

京都府内において、たくさんのレクリエーション活動が展開されています。
一緒に活動しませんか？お気軽にお問い合わせください！

「グリーンフェア2023秋」

参加者249名

9月30日、10月1日 梅小路公園

京都市都市緑化協会が実施しているイベントにて、ポイントラリーコーナーを担当しました。自然豊かな公園内にコースを設定して、ゆっくり安全に自然を感じていただき、途中のゲームやクイズでは交流を楽しんでいただきました。

「インクルーシブ・サイクリング体験会2023」

参加者約130名

10月14日 西京極総合運動公園

京都市主催の自転車の体験イベントに運営参加しました。この体験会は、多様な場面での自転車の活用推進や、障害のある人もない人も自転車を体験できる環境づくりを目的として開催されています。普段あまり見かけることの無い二人乗り自転車や手漕ぎ自転車を体験していただきました。



京都府民総体オープニングフェスティバル

参加者のべ約1,500名

10月29日 三段池公園

京都府スポーツ協会が主催する事業において、誰もが気軽に参加できるニュースポーツコーナーの運営を担当しました。当日は雨が降る時間帯もありましたが、最後まで参加者の方々に楽しんでいただきました。

協力：舞鶴市レク協会、綾部市レク協会、南丹船井レク協会、かめおか遊友ネットワーク、京都府フライングディスク協会



令和5年12月29日(金)～1月4日(木) 冬期休暇

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/>

ニューススポーツ指導

参加者297名

11月2日 山城総合運動公園

京都府公園公社が実施する事業において、中学生を対象にニューススポーツ（ドッジビー、スポーツチャンバラ、リングキャッチ、タグ宝取り）の指導を行いました。初めて体験する種目を元気いっぱい楽しんでいただきました。

協力：城陽市レク協会、（公財）城陽市民余暇活動センター、京都府フライングディスク協会、京都府スポーツチャンバラ協会



市民スポーツフェスティバル

参加者200名

11月3日 西京極総合運動公園

京都市と京都市体育振興会連合会が主催するイベントにおいて、レクリエーション体験コーナーを担当しました。子どもたちを中心に多くの方々が、ラダーゲッターとフライングディスクを楽しんでくださいました。



健康体操教室

参加者10名

11月11日 京都医健専門学校

“運動×脳トレ”をテーマに、座ったまま行える健康体操を体験していただきました。頭とカラダをしっかりと動かしながら、笑いの絶えない2時間でした。

協力：京都医健専門学校

レクリエーション・インストラクター養成講習会

9月～実施中！ 城陽市民体育館

今年度は9名の方が受講中です。レクリエーション・インストラクターまであと少し！プログラム立案や実践は緊張しますが、最後まで頑張りましょう！



南丹船井レクリエーション協会「創立10周年記念交流会」が開催されました。

南丹船井レクリエーション協会が発足10周年を記念して、今日までの歩みを振り返るとともに、今後の活動の方向性を考える機会として10月7～8日京都府立丹波自然運動公園において10周年記念交流会を開催しました。また、コロナ禍も一定の区切りがついた今、府内のレクリエーション協会の方々と交流を深め、互いの研修の場を提供する場ともなりました。

当日は、京都府レク協会を始め、京都市レク協会、城陽市レク協会、舞鶴市レク協会、かめおか遊友ネットワークからの参加もありました。10周年の歩みをまとめたDVD視聴から始まり、府レク、丹波自然運動公園から祝辞をいただいた後に「生涯現役のうた」を合唱。その後、近年多くの方に人気のボッチャ、フライングディスク、卓球バレーの実践研修を行いました。交流タイムでは、季節ごとに使えるクラフトの展示とその作成レシピを持ち帰り用に準備し、参加者それぞれの現在の取り組み紹介を行い“教え合い学び合い”の交流ができました。

2日目は、楽しい介護予防プログラム（心弾む音楽体操で元気アップ！）と題して、かめおか遊友ネットワークによる研修、京都市レク協会による「音楽で楽しく」、城陽市レク協会による「大人も子ども皆で楽しめるレク」を全員で学ぶことができ、今後の活動に活かせる研修の場としての目的を果たすことができました。

様々な世代やニーズに応じた活動を通して、関わる人々が笑顔になれるレクリエーションの実践を目指して、今後も活動が続けていきたいと思います。

南丹船井レクリエーション協会 橋本 早百合



スポレク EXPO

～ 第19回 レクリエーション大会 in 京都 ～
11月25日 伏見港公園

参加者 約800名

肌寒い一日ではありましたが、
幼児からシニアの方まで
幅広い世代にご参加いただき、
盛況でした。



【学生スタッフの声】

「子どもたちが外で遊ぶことが少なくなっている中で、子どもたちの楽しそうな声を聞いたことで私自身もとても楽しかったです。運営に携わることで、相手が笑顔になってくれる喜びもありました。また、失敗を恐れずに挑戦する姿勢で取り組もうという気持ちを持つことができました。今回、経験したことを活かして今まで以上に成長できるよう精一杯頑張ります。」

大阪電気通信大学 加藤 亜花音

「スポレクEXPOに参加してくださった皆様の楽しそうな姿や笑顔を見ることができ、とても楽しく、幸せな気持ちになれました。ありがとうございました！たくさんの学びや発見があり、大変良い経験になりました。誰もが“楽しい”を感じることができるのがレクリエーションです。もっともっとたくさんの人に知ってもらいたいニュースポーツやレクリエーションがあります。これからのイベントも是非、参加してくださいね！今回学ばせていただいたことを、これからの人生に活かし、楽しく元気に精進したいと思います！」

大阪電気通信大学 園本 爽乃



共催／京都府
協力／京都市レクリエーション協会、城陽市レクリエーション協会、京都府フライングディスク協会、京都府スポーツチャンバラ協会、京都府パタンク・プール連盟、(公財)城陽市民余暇活動センター、京都先端科学大学、京都文教短期大学、伏見港スポーツパークパートナーズ

事業のご案内

ご好評につき！第3回開催決定！！「健康体操教室」“わくわくコグニサイズ”

頭とカラダを一緒に動かし、楽しみながら健康維持を目指しましょう！高齢者施設で働く方や地域サロンに関わる方にもおススメの教室です。※コグニサイズとは、国立長寿医療研究センターが開発した運動と認知課題（計算、しりとりなど）を組み合わせた、認知症予防を目的とした取り組みの総称を表した造語です。

日時 令和6年2月10日（土）13：00～15：00
会場 京都医健専門学校3階スタジオ
参加費 一般 800円、日本レク協会有資格者・学生 500円
申込み 京都府レクリエーション協会へ「氏名、電話番号、資格の有無」をご連絡ください。

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11日～3月14日（木）	1月20日・2月17日・3月16日（土）	2月2日～3月15日（金）2/23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		
内容	バドミントンコートを開放しています。ご家族やお友達とご利用ください。※ラケットの貸し出しもあります。	基本はベースボールです。投げる・打つ・走るを体験しよう。ルールが分からなくても、プレーしながら覚えていきましょう。	毎回種目は変わります。ファミリーバドミントン・ショートテニス・ラジボール卓球・ソフトバレーボールを実施します。いろいろな種目の面白さを体験してみてください。
参加費	1回500円（小学生以上）	無料	1,800円（18歳以上の方）
申込み	公益財団法人城陽市民余暇活動センター 0774-55-6222（西村）		
事業名	幼児プレイパーク		
開催日	1月17日（水）、22日（月） 2月14日（水）、26日（月） 3月13日（水）、25日（月）		
時間	10:00～12:00		
会場	京都府立木津川運動公園「城陽五里五里の丘」		
内容	幼児とお母さんお父さんが安心して一緒に遊べる空間です。子どもも大人も、のびのびと遊び体験をしましょう！ 【冬の特別企画】1月①おりがみ風遊び（無料、予約不要）②（17日のみ）「七草がゆ」体験（有料、要予約12/1～） 2月①炭火でマシュマロ焼き体験（有料、予約不要）②（14日のみ）はらっぱミニコンサート（無料、要予約、20組） 3月とことこおさんぽ会（無料、予約不要）		
参加費	無料（冬の特別企画は一部有料）		
申込み	HP：https://fmpark.com 電話番号：0774-66-6022		

事業名	新春!風揚げの日
開催日	1/14（日）
時間	10:00～15:00
会場	京都府立木津川運動公園「城陽五里五里の丘」
内容	広いはらっぱで、みんなで風揚げ！高い木や電線のない自由な大空を楽しめます。風の持ち込み大歓迎。風の工作や販売もしています。こま風づくり教室：午前15枚、午後15枚（予約不可）
参加費	入場無料（一部有料）
申込み	HP：https://fmpark.com 電話番号：0774-66-6022
事業名	書初めカレンダー
開催日	1月24日（水）
時間	14：00～16：30
会場	呉竹文化センター
内容	年の初めの抱負をカレンダーにしたためませんか？
参加費	一般800円 会員・学生500円
申込み	レクリエーション・コーディネーター 山本満佐子 090-2359-7214

本紙は、令和5年度スポーツ振興くじ助成金494,000円の交付決定を受けて作成しております。

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・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。

すべての スポーツに エールを

スポーツくじの収益は、日本のスポーツを育てるために使われています。



くじを買うはエールになる

スポーツくじ WINNER 10000 BIG

※19歳未満の方の購入又は譲り受けは法律で禁じられています。払戻金も受け取れません。運営・販売：独立行政法人日本スポーツ振興センター

京都府立

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