

2024

Vol.  
111

# 府レクだより

京都府レクリエーション・ニュース

夏  
号



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。



〒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

たくさんのご参加、ありがとうございました。

## スポレクEXPO

～第20回 レクリエーション大会 in 京都～

令和6年6月1日(土) 10:00～15:00  
京都府立伏見港公園

参加者 約900名

誰もが気軽に取り組むことのできる各種  
スポーツ・レクリエーション種目の体験  
イベントを開催しました。幼児から  
シニアまで、幅広い世代の方々に  
ご参加いただき、たくさんの  
笑顔に出会えた一日でした。



### ●学生スタッフの声

- レクリエーションは、年齢や障がいの有無に関わらず、皆にこんなにも楽しんでもらえるものなんだと知りました。
- 初めての方に接するときの目線や表情や話し方等、考えさせられることが多かったです。
- 楽しそうな参加者の笑顔を見ていたら、自分も楽しく過ごせました。
- 「ありがとう」が、とても嬉しかったです。
- とにかく楽しかった！！



8月13日～16日まで、夏季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

X [https://twitter.com/kyoto\\_rec](https://twitter.com/kyoto_rec) Instagram <https://www.instagram.com/kyoto.rec26/>

# 京都府キンボールスポーツ連盟

平成18年2月に福知山市で誕生した本連盟は、まもなく20周年を迎えるにあたり、新たな1歩として、令和6年度より特定非営利活動法人京都府レクリエーション協会の団体正会員になりました。

今まで活動している中で各市町や大学等でキンボールの道具は持っているが、使い方やルール、ゲーム性がわからないということが、キンボールが広がらない理由でした。

現在、京都市内に本部を置いて活動をしていますが、舞鶴市や福知山市ではクラブチームが積極的に活動を行い、小学生から大人までが楽しく直径122cmのボールを追いかけています。

大会事業としては、5月に長岡京市、9月に舞鶴市で大会を開催しています。また、今年の10月には第25回記念ジャパンオープン・フレンドリーカップを長岡京市に誘致し、全国のキンボール愛好者が一堂に集います。

キンボールは、老若男女、健常者・障がい者を問わず、それぞれの方の目的やレベルに合わせてルールや部門を変えることができるのが魅力です。

キンボールを通じて、楽しいスポーツライフを一人でも多くの方に提供していきたいと思います。



## キンボールの基本的なルール

1 チーム 4 人、3 チーム対抗で行います。

20m×20m のコートの中で、直径 122cm のボールを床に落とさないようレシーブやキャッチをします。ボールを床に落としちゃったチーム以外の 2 チームに得点がります。

- ボールの重さは約 1 kg なので、幅広い世代の方に楽しんでいただけます。
- チーム全員で協力することで、仲間づくりに最適なスポーツです。
- 対象者の目的や状況に合わせてルールや部門を変えることができます。

興味のある方は、是非ご連絡ください！

京都府キンボールスポーツ連盟 [kinballkyotofu26@gmail.com](mailto:kinballkyotofu26@gmail.com)

## 第78回 全国レクリエーション大会2024とちぎ

2024年9月6日（金）～8日（日）

申込スタート！

● 総合開会式、交歓の夕べ、研究フォーラム、特別行事、協賛行事：宇都宮市

● スポーツ・レクリエーション交流大会：栃木県内各地

レクリエーションの愛好者たちが一堂に会し、レクリエーションの魅力を存分に堪能できる3日間です。栃木県でお会いしましょう！

KOKOプロ365

～『心の元気づくり』365プロジェクトは、毎日どこかで人々の心を元気にします！～

公益財団法人日本レクリエーション協会では、公認指導者資格を有する講師を初回限定無料で全国各地へ派遣するキャンペーン企画『心の元気づくり』365プロジェクト（愛称「KOKO プロ365」）を実施しています。

皆様のニーズや対象に合わせ、講師のマッチングやプログラムの提案を行います。ぜひこの機会をご活用ください。

詳しくは、京都府レクリエーション協会事務局へお問い合わせください。

# 「健康スポレクひろば」が始まります！

運動やスポーツ・レクリエーションに親しんでいない高齢者にスポーツ・レクリエーション活動がもたらす健康への効果を伝え、継続的にスポーツ・レクリエーションを楽しんでもらえるための場です。高齢者の心の元気と体の健康づくりを進めます。

第1回（5月26日）終了

“一日を笑顔で過ごせる体操＆レクリエーションゲーム”



第2回（6月2日）終了

“元気になるボディワーク～初めてのヨガ～”



第3回（6月30日）終了

“動くことが苦手でも、すぐにできる！ニュースポーツ体験”



第4回（9月29日）9:00～12:30 会場 大宮交通公園（京都市北区）

“グループで協力しながら歩こう！ウォークラリー”

第5回（11月10日）9:00～12:30 会場 待鳳小学校体育館

“心もカラダも元気アップ！脳トレ体操”

参加費：100円／回

持ち物：飲み物 タオル 第5回は、体育館シューズ

申込み：京都スポーツ・レクリエーションクラブ 090-1028-3269（藤原）

楽しく体を動かして、夏の疲れをリセットしよう♪

## 健康体操教室

暑い夏を乗り越えた体をリフレッシュ・リセットしていきます♪  
レクリエーションや運動を通して、体をリフレッシュし、じっくりストレッチしながら体のリセットをしていきましょう。みなさん、お気軽にご参加くださいませ！

日 時 9月14日(土)10:00～12:00

会 場 京都医健専門学校第1校舎3階 スタジオ  
(地下鉄東西線「烏丸御池」駅より西へ徒歩5分)

講 師 和田加成子氏(京都医健専門学校講師)

参 加 費 一般/800円 レク公認指導者/500円

持ち物 飲み物、タオル、体育館シューズ

申込み 特定非営利活動法人京都府レクリエーション協会へ



## 第28回特定非営利活動法人京都府レクリエーション協会表彰式を執り行いました。

功労賞 佐藤雄二氏（京都府フライングディスク協会）

授賞された皆様、おめでとうございます！

平井喜代子氏（南丹船井レクリエーション協会）

今後、ますますのご活躍を期待しております。

## 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

事業名	▲第3回あやべ オータムフェスタ	▲第46回あやべ ジャンボリー	●▲第40回手作り ワークショップ	KOUNOSUYAMAテーマ別 トレーニング講習会	KOUNOSUYAMA 格闘系エクササイズ
開催日	10月14日(月祝)	10月19日(日)	11月23日(土)～24日(日)	8/9・9/13・10/11(金)	9月7日(土)
時 間	9:30～15:00	10:00～16:00	9:30～翌17:00	13:00～14:30	19:30～20:30
会 場	あやべ・日東精工アリーナ	綾部市豊里コミュニティセンター	丹波自然運動公園	城陽市民体育館・トレーニングルーム	城陽市民体育館・会議室
内 容	ニュースポーツ体験、クラフトコーナー、ステージ発表、フリーマーケット、飲食ブース等、秋の大イベントです！等、子どもたちのサポートをしませんか？	小学生5.6年生対象のキャンプで、スタッフを募集します。火起こし体験、ネイチャーゲーム、キャンプファイヤーの学び合い・交流ができるワークショップです。	「わたしとレク～今までとこれから」参加者同士の学び合い・交流ができるワークショップです。	毎月テーマに沿った内容でトレーニングを行います。インストラクターが90分間丁寧に講習を行います。	格闘の技を取り入れながら行う有酸素運動です。身も心もストレス発散しませんか？
参 加 費	無料	無料	未定	500円	500円
申込み	綾部市レクリエーション協会 0773-42-6198 (林田)	かめおか遊友ネットワーク	城陽市民余暇活動センター 0774-55-6222		

事業名	小学生夏休みスポーツレクリエーション教室	小学生ラグビースクール2ndステージ	小学生こうのすやまエコロベースクラブ	バドミントンクラブ	●▲女性のためのスポーツレクリエーション教室	
開催日	8月19日(月)～8月23日(金)	9月2日～11月18日(毎月曜日)祝日休み	9月21日(土)	9/5～10/31(毎週木曜日)	9月6日～10月18日(毎金曜日)10/4休み	
時 間	10：00～11：30	18：00～19：30	16：00～17：15	9：00～13：00	10：00～11：30	
会 場	城陽市民体育館	鴻ノ巣山運動公園・多目的グラウンド		城陽市民体育館		
内 容	毎日日替わりで、色々な種目を実施します。学校や学年を超えて、お友達ができます。学校ではやらないようなスポーツを楽しめます。	小学生対象のラグビースクールです。ルールが分からなくても大丈夫です。ゲームの感覚で始めてみませんか??	超軟式ベースボールです。	コートを開放しています。お友達やご家族で気軽にお越しください。ラケットの貸し出しも御座います。	様々なスポーツでレクリエーションを行います。普段はあまり体験することがないような種目を実施します。	
参加費	1,500円	2,400円	無料	500円	1,800円	
申込み	城陽市民余暇活動センター 電話番号：0774-55-6222					
事業名	飛ばせ!ペットボトルロケット	大空へ紙飛行機を飛ばそう!				
開催日	8月3日(土)、24日(土)、25日(日)	8月18日(日)、10月20日(日)				
時 間	13：30～16：30	10：00～12：00				
会 場	城陽五里五里の丘(京都府立木津川運動公園)					
内 容	公園の夏といえばこれ! 大空へ向かって手作りのペットボトルロケットを親子で打ち上げよう。水と空気の力でどれだけ飛ぶのか体験してみよう。(雨天時はロケット製作のみ) 持ち物: 500mlの炭酸飲料の空きペットボトル3本、濡れてもよい服装	城陽五里五里の丘といえば紙飛行機! びっくりするほどよく飛ぶ紙飛行を折って大空高く飛ばしてみよう。 紙飛行機のイメージが変わるほどよく飛びます。(雨天時は室内で飛ばします) 小学生以上対象、小学生は保護者同伴				
参加費	ロケット1基作製につき600円、定員親子15組		紙飛行機1機作製につき 200円、定員30名			
申込み	京都府立木津川運動公園(城陽五里五里の丘) HP: <a href="https://fmtpark.com">https://fmtpark.com</a> 電話番号: 0774-66-6022					
事業名	楽しもう大正琴	はらっぱ星空観望会				
開催日	8月10日(土)、24日(土)、9月14日(土)、28日(土)、10月12日(土)、26日(土)	8月17日(土)、9月21日(土)、10月19日(土)				
時 間	10：00～12：00	18：30～20：30				
会 場	城陽五里五里の丘(京都府立木津川運動公園)					
内 容	楽譜の読めない初心者の方でも安心して参加できます。夢と聞くとなんだか難しそうと思うかもしれませんのが2時間くらい練習すれば簡単な曲を弾くことができます。みんなでチャレンジしてみよう。小学生以下は保護者同伴	はらっぱの上空一面に広がる星空を観察しよう。望遠鏡を使って夜空の星たちを観察して、スマホで月の撮影もできます。条件が合えば金星や星団も観ることができますかも。曇りなどの星の観察ができない場合は中止になります。小学生以下は保護者同伴				
参加費	1人200円、定員15名	中学生以上200円、小学生100円、幼児無料、定員40名				
申込み	京都府立木津川運動公園(城陽五里五里の丘) HP: <a href="https://fmtpark.com">https://fmtpark.com</a> 電話番号: 0774-66-6022					
事業名	●▲ペタンク体験会					
開催日	9月8日、10月13日、11月10日、12月8日(日)					
時 間	8：30～12：00					
会 場	京都御苑ゲートボール場②					
内 容	ペタンクの投球方法やゲームを体験します。運動に適した服装でお越しください。詳細は連盟HPで。					
参加費	200円					
申込み	京都府ペタンク・プール連盟 090-3039-6385 (後田)					

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



くじを買うはエールになる

スポーツKL BIG

WINNER

OOOO

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