

府レレくだより 夏号

〒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

E-mail: info@kyoto-rec.net

URL:http://www.kyoto-rec.net

2021 Vol,99



Sport in Life

発行/京都府レクリエーション協会

編集/広報委員会

第25回京都府レクリエーション協会表彰の受賞者をご紹介します

功労賞

金見 裕子氏

城陽市レクリエーション協会



レクリエーション・インストラクター資格を取得後、主に介護予防教室や高齢者サロン等において、レクリエーション支援を精力的に行っています。現在は、城陽市レクリエーション協会の事務局として協会運営を支えています。

功労賞

田中 保美氏

IDEゆうゆうスポーツクラブ



子どもから高齢者まで幅広い世代が参加できるスポーツ・レクリエーション活動の普及に熱心に取り組んでいます。その他、ふるさと農園体験事業等、地元の特徴を活かした取り組みを通じて世代間交流の促進や地域コミュニティの活性化に貢献しています。

功労賞

米津 由実子氏

京都市レクリエーション協会



レクリエーション・コーディネーターとして、ウォークラリー大会等の市民に楽しめる事業を企画・運営し、地域に根差した事業を展開しています。現在は、京都市レクリエーション協会会長として協会運営を担い、若手の人材育成にも取り組んでいます。

令和3年度 レクリエーション有資格者・加盟団体活動助成事業 決定

京都府レクリエーション協会は、レクリエーション有資格者や加盟団体の活動を支援します。

団体名/事業名	交付額
京都市レクリエーション協会 「アロマセラピーのワークショップ～新型コロナウイルスの感染予防とメンタルケア～」	2万円
公益社団法人 日本3B体操協会京都府支部 「withコロナ時代のスキルアップ研修会」	1万円
公益財団法人 城陽市民余暇活動センター 「命の水を運ぼう～城陽バケツリレー～」	3万円



Twitter始めました!

#京都府レクリエーション協会 または @kyoto_rec で検索!

<https://www.facebook.com/kyorec>

または、 京都府レクリエーション協会 で検索!

京都府レクリエーション協会 火曜日～金曜日 10:00～17:00 (土・日・月・祝日休み)

8月13日～16日は、夏季休暇のため事務局業務を休ませていただきます。

新しい仲間が
加わりました!

ペタンク

フランス生まれの
オシャレなスポーツ

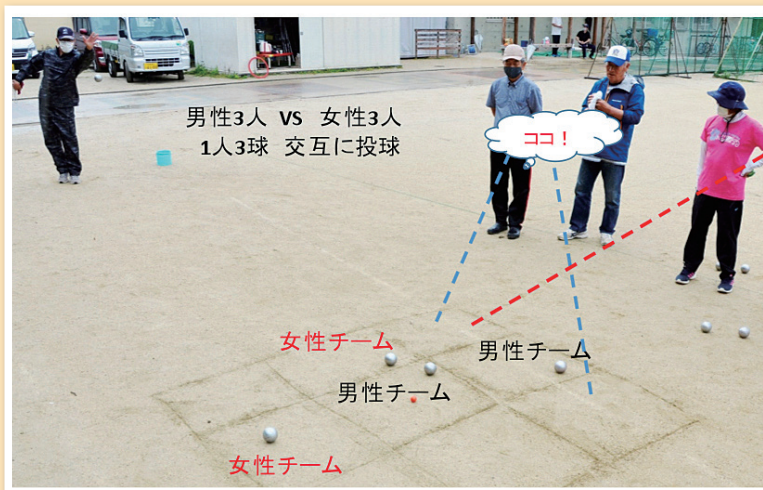
1910年に南フランスの港町ラ・シオタで生まれたボールスポーツです。プロヴァンサルという助走をつけて投球するゲームから、全員が同じ場所から投球するようになりピエタンク（「両足を揃える」の意味）から「ペタンク」になったと言われています。

日本に1970年頃に紹介され、徐々に競技人口が増えて来ました。京都では、連盟主催や他団体等含めると年間20大会程度開催されています。競技は木製のビュット（直径30mm）に向かって直径50cmのサークル内から、金属のボール（直径70.5mm～80mm 重さ650g～800g）を投げて相手よりも近づけることで得点を競います。単純な競技に思えますが、技術を極める難しさ、ゲーム展開、コート状態等を把握する能力、探求すればきりが無い奥の深い競技です。たった1球で形勢を有利にしたり、大量得点を取ったりするところに面白さがあります。体格や年齢、男女に差があっても対等に競える低強度なスポーツです。



スポーツは楽しくなければ長続きしません。レクリエーションや遊びの中から、ペタンクに興味を持ってもらえたらと思います。遊びながら投球技術や作戦を考える練習となるビンゴゲームを紹介します。

地面に9つのマスを描いて、3人1組で1人3球を持ち、投げたボールの停止地点で、ビンゴをいくつ完成できるか競います。または、チーム対抗戦として、1球ずつ交互に投げ、マスにある球を弾いて外に出したり、相手のリーチがかかったマスにボールを投げ入れて阻止したり、最終的にビンゴの数または、マスにあるボールの数で勝敗を競ったりすると、対抗心と仲間意識で盛り上がりします。創造次第で楽しみは幾重にも広がっていきます。室内用ボールやお手玉があれば、室内でも楽しむこともできます。レク活動として取り組み、「ペタンク」の名前が広まり、本格的にやってみたいと思う人達が増えればと思っています。(^^) /



2021.6月 感染防止のためマスク着用

無料体験



開催日：8月8日(日)・11月21日(日)・3月6日(日)

開催場所：京都御苑ゲートボール場

時間：10時～12時

「ペタンク」ボールに触れてみてください。競技としてのペタンクは、もっと面白いですよ。ホームページに案内を載せています。

京都府ペタンク・ボール連盟

京都市南区東九条下殿田70 京都府スポーツセンター内

TEL/FAX 075-692-3489 (火・金 14-16時)

窓口 事務局長 後田 (アトダ) 体験会担当 普及部会

こんなときだからこそ、
心もカラダもリフレッシュ!

「健康体操教室」

今なお制限される生活が続いている中、運動不足になったり、ストレスを溜めてしまったりしていませんか?感染対策を行いながら体を動かし、心も体もリフレッシュしましょう!どなたでもご参加いただけます♪

日時 令和3年 8月21日 (土) 13:00 ~ 15:00

軽快な音楽に合わせてリズムウォーキングから行っていきます。また、バランスボールなどの器具を使い、「貯筋」へのアプローチをしていきます。まんべんなく体を動かし、夏バテ予防・リフレッシュにつなげていきましょう。

講師 和田 加成子 氏 (京都医健専門学校スポーツ科学科講師)

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)

主催 京都府レクリエーション協会

※マスクの着用や手指の消毒等、感染予防対策にご協力ください。
※当日、発熱や咳等の症状がある方は、ご参加いただけません。

共催 京都医健専門学校

申し込み 京都府レクリエーション協会へ下記内容をお申し込みください。

「氏名・電話番号・一般/公認指導者/学生」(TEL、FAX、Email可)

おうちでできる、簡単!運動プログラムのご紹介

自宅にいなから、ご自身のペースで運動を続けられるよう「おうちでできる、簡単!運動プログラム」の配信を始めます。一緒に健康生活を送りましょう。

(協力:京都医健専門学校スポーツインストラクターコース)

第1弾 「おうちで簡単!スクワット運動」 <https://youtu.be/8dH-1tS9Aug>



ワールドマスターズゲームズ2021関西

京都府内競技出場者&
ボランティア募集中!

ワールドマスターズゲームズは、概ね30歳以上であれば誰でも参加できる、生涯スポーツの国際総合競技大会です。2022年にアジアで初めて日本・関西で開催されます。

世界中からやってくるスポーツ愛好家と一緒に、ワールドマスターズゲームズを盛り上げよう!

競技種目	開催地	開催日程(2022年)
ソフトテニス	福知山市/三段池公園テニスコート	5月21日(土)~28日(土)
フライングディスク(アルティメット)	宇治市/山城総合運動公園	5月14日(土)~16日(月)、 5月20日(金)~22日(日)
ハンドボール	京田辺市/田辺中央体育館(田辺会場)・ 山城総合運動公園体育館(宇治会場)	5月14日(土)~22日(水)
カヌー(マラソン(SUP、ドラゴンボート含む))	京丹後市/久美浜湾カヌー競技場	5月15日(日)~18日(水)
トライアスロン(デュアスロン)	南丹市/大堰川緑地公園周辺	5月29日(日)
自転車(マウンテンバイク)	和束町/湯船MTBLAMD	5月14日(土)~16日(月)
ゲートボール	京丹波町/丹波自然運動公園	5月14日(土)・15日(日)



大会の詳細
(大会公式ホームページ)



競技エントリー
(WEB申込)
2022年2月28日まで



ボランティア申込
(参加申込書を郵送・
FAX・メール)
2021年12月31日まで

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

社会状況により、事業を縮小・中止する場合がありますので、事前にご確認ください。

事業名	バドミントンクラブ	小学生ラグビースクール 2ndステージ	はじめての卓球教室	小学生このすやま エコロベスクラブ
開催日	9月2日～10月28日 毎週木曜日(9/23は休み)	9月6日～11月1日 毎週月曜日(全8回)(9/20は休み)	9月8日～10月27日 毎水曜日(全8回)	9月25日・10月16日 いずれも土曜日
時間	9:00～13:00	18:00～19:30	10:00～12:00	16:00～17:15
会場	城陽市民体育館競技場	鴻ノ巣山運動公園多目的広場 (雨天時体育館競技場)	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。	遊びからラグビーを始めてみましょう。ラグビーを学びながら楽しく体を動かしましょう。小学生対象	基本をおさらいしつつ楽しく練習しましょう。	城陽生まれの「エコロベース」の体験。体育館シューズが必要です。小学生対象
参加費	1回500円	2,400円(初回徴収)	3,600円	無料
申込み	(公財)城陽市民余暇活動センター 0774-55-6222			
事業名	女性のためのスポーツレクリエーション教室Ⅳ	飛ばせ! ペットボトルロケット	はらっぱ星空観望会	カヤネズミを守ろう!
開催日	10月29日～12月3日 毎週金曜日(全6回)	8月1・8・15・22日 日曜日	8月21日・9月25日・10月16日 土曜日	9月23日(木祝)・ 10月23日(土)
時間	10:00～11:30	13:30～16:30	18:30～20:30	13:30～15:30
会場	城陽市民体育館競技場	京都府立木津川運動公園「城陽五里五里の丘」		
内容	女性の為の運動不足解消を目的としたプログラムです。18歳以上の女性対象	ペットボトルを使ってロケットを作り、大芝生広場で飛ばそう! 各日15組 500mlの炭酸飲料が入っていた空きペットボトル3本 ※要予約	望遠鏡を使って星の観察をします。毎月参加して天体シールを集めよう。各日30名 ※要予約	公園内には日本一小さなネズミ「カヤネズミ」が子育てをしています。すみかの調査やオガ原保護を行います。各日40名 ※要予約 動きやすい服と靴、軍手、帽子、飲み物、タオル持参
参加費	1,800円	1基500円	幼児無料、小学生100円、中学生以上200円	無料
申込み	(公財)城陽市民余暇活動センター 0774-55-6222	京都府立木津川運動公園「城陽五里五里の丘」0774-66-6022		

事業名	●▲ペタンク無料体験
開催日	8月8日、11月21日 日曜日
時間	9:50～12:00
会場	京都御苑ゲートボール場
内容	ペタンクの歴史、ゲームの進め方、投球練習、基本的な投げ方を練習し、ミニゲームを実施
参加費	無料
申込み	京都府ペタンク・プール連盟 (後田) 090-3039-6385
事業名	アロマセラピーのワークショップ ～新型コロナウイルスの感染予防とメンタルケア～
開催日	9月19日 日曜日
時間	13:00～15:30
会場	京都テルサ東館3階 スポーツ団体事務室
内容	アロマについて学び、マスクに噴霧する除菌&消臭スプレーを作りましょう。
参加費	500円(+材料費別途)
申込み	京都市レクリエーション協会 090-7113-5008(山崎) FAX 0774-31-6166(山本)



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