

沖レクだより 第57号



令和4年「新年を迎えて」



沖縄県レクリエーション協会
会長 吉田 明正

皆様 明けましておめでとうございます。

令和4年の幕開けに当たり、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

昨年も、新型コロナウイルスの感染が世界的に蔓延し、多くの人々が生存の危機や生活の困窮に直面しました。沖縄県も非常事態宣言が発出され、危機的状況が続き、皆様の生活様式、働き方や仕事のあり方等が激変した1年でした。年後半には感染者も減少しましたが、新たな変異株オミクロン株の発生により予断を許さない状況が続く中、新しい年を迎えることになりました。今年も昨年に引き続き、対策に追われる1年になろうかと思いますが、皆様には、ご自分自身とご家族を守り、また、周囲の大切な方々を守りながら健やかな日々を過ごして頂きたいと思っております。

当協会も昨年は、おととしに引き続き厳しい年となり、皆様にはいろいろご迷惑ご心配をおかけしました。感染者数が減少した年後半に、介護レクサポーター研修会や福祉レク講習会（講師：上野祥子先生）等2、3の事業を感染対策を十分とった上で開催しましたが、年度当初からほとんどの主催、共催、協力事業が延期、中止となり心痛く思っています。

コロナ禍は、未だ予断を許さない状況にありますが、このピンチをチャンスととらえ、事業再開に取り組み、失われた人と人とのつながり、触れ合いを取り戻し、令和4年の基本方針や重点施策を皆様と協力して推進し、この難局を乗り越え、新たな活力ある協会創りに努めたいと思っております。

結びに当たり、本年が皆様にとって健康で幸多き年となりますようご祈念申し上げ、年頭のご挨拶といたします。

編集/発行 沖縄県レクリエーション協会

〒904-2173 沖縄市比屋根5丁目3番1号 沖縄県総合運動公園内

TEL&FAX 098-932-9870 メール oki-rec1974@jewel.ocn.ne.jp

HPアドレス <http://oki-rec.jimdo.com>



この広報誌はスポーツ振興くじ
助成金を受けて発行しています

介護レクリエーション・サポーター研修を終えて

研修担当 比嘉 和也

令和3年11月6日(土)、沖縄県立玉城青少年の家において介護レクリエーション・サポーター研修を行いました。この研修会は、介護の現場において利用者一人ひとりの楽しい気持ちを引き出しながらコミュニケーションを深めるためのレクリエーション支援の基本を学ぶことを目的として、今回は高校生から60代の方まで幅広い年齢層の方にご参加いただきました。

研修では、アイスブレーキングとホスピタリティに重点を置きながら進めていきました。初めは緊張していた受講生のみなさんもアイスブレーキングで徐々に緊張をほぐしながら「同時発生・同時動作」「一指示一動作」を学んでもらい、ホスピタリティにおいては「相手に寄り添い信頼関係を築く」ということを意識してコミュニケーションの大切さを実感しながら実技をとおして学んでもらいました。

研修が終わるころにはみなさん初めの緊張もどこかに吹っ飛んでいったようにたくさんの笑顔や積極的にコミュニケーションをとる場面もみられ、みなさんそれぞれでパワーチャージした様子がみられました。

受講生のみなさんにおいては今回の研修でいろいろな気づきや発見があったと思います。この研修で学んだことを今後の活動で活かしてもらい、いろいろな現場で活躍されることを期待します。



「令和3年度 福祉レクリエーション講習会」



去る11月28日(日)沖縄県立玉城青少年の家において、熊本県より上野祥子氏を講師にお招きし、19名の参加で福祉レクリエーション講習会を開催しました。With コロナ時代に自然災害や心のケアと向き合おうと題し、レクリエーション支援者が災害復興の現場に駆け付け、被災者に寄り添い支援した実践やWith コロナ時代の新しいレクリエーション支援方法、指導者自身のセルフケアを通してこれからの福祉レクリエーションの在り方を学びました。被災地の写真を見て災害のすさまじさを思うと、勝手な思い込みで身構えてしまいましたが、以外にも普段通り笑顔で触れ合えばいいんだ、何も可哀そうとか大変でしたねと憐れむ気持ちは必要なく、笑顔を届ければいいんだという上野先生のお言葉で参加した皆さんからも、目からウロコでした！元気いっぱい笑顔で！と感想も多く頂きました。身近なものをレク財として活用し、そのなかでアルミホイルとビー玉で作った「ミラクルボール」の不思議な動きに、参加した皆さんは我を忘れて楽しんでいました。認知予防の運動、手袋をつかった指の数え算、数字踏み体操では上手く出来ず失敗して大笑いし合う和気あいあいとした空気が流れました。支援者自身が楽しむことで、相手にも元気や笑顔を届けることができる、どのような現場でも変わらないレクリエーション支援者としての使命を知ることができました。また、「人と会うことからレクリエーションが始まっている」というお言葉が胸に残りました。このWith コロナの時代だからこそ、人と会うこと、触れ合うことの大切さを感じ、それを伝えることができるのはレクリエーションの力だと強く思うことができた講習会でした。



レク野外活動 (沖縄リハビリテーション福祉学院)

レクリエーションインストラクター資格取得の課題として毎年6月に野外活動を行っています。今年度は新型コロナウイルスの影響で12月に延期となりましたが、晴天に恵まれて素晴らしい野外活動日和となりました。

レク野外活動は、介護福祉学科2年生20名が野外炊飯と自然を利用したネイチャーゲームを実践しました。

糸満青少年の家の野外炊飯場を使用して野外炊飯を開始！みんなで協力して使用物品を準備し、火おこし、食材の下ごしらえなど行い、4品の料理が完成。フィリピンからの外国人留学生は調理の手際がよく、ピナクベットというフィリピン料理を作りました。それとカレー、ステーキ、段ボールオーブンでケーキができました。昼食タイムはバイキング形式で、食べたい分だけ自分でとっていただきます！

昼食後はネイチャーゲームを行いました。4種類のゲームを各グループで協力しクリアしていくルールの中、コミュニケーションが重要になったり、メンバーを土台に乗り越えたり、協力することの中にも相手を思いやる気持ちが随所にみられました。

閉所式では、今回の活動の振り返り。一人ずつ1日どうだったか、これからの抱負等を発表。コロナの影響で2年間学校行事も全て開催できず、クラスで一つの目標に向かって取り組むことがなかった。今回の野外活動も、時間があいてしまったため、うまくいくのか、楽しくできるのか不安のままスタートしましたが、結果大成功に終わり、野外活動を通してクラスの絆を深める充実した一日を過ごすことができました。



令和3年度レク公認指導者フォローアップ講習会



コミュニケーション及び組織能力を高める技法のチームビルディングで団結力を深めるためのアクティビティを実践し、昨年の東京パラリンピックで注目を集めたブラインドサッカーを体験してみませんか？

- 日時** 令和4年2月27日（日）13：00～17：00
- 場所** 沖縄県立玉城青少年の家 プレイホール
- 主催** 沖縄県レクリエーション協会
- 後援** 沖縄県立玉城青少年の家
- 内容** 1部：チームビルディングアクティビティ
『パイプリレー&フープリレー』 玉城青少年の家
2部：ブラインドサッカー体験 琉球 AGACHI

- 受講料** 有資格者：1,000円（資格名／ID記入）
一般参加：2,000円
※受講料は当日のお支払いとなりますので、ご準備お願いいたします。
※レクリエーションに興味がある方ならどなたでも受講できます。

- 申込締切** 令和4年2月25日（金）まで ※FAX又はメールにて
- その他** 受講される方は内履きの準備をお願いします。

- 問合せ先** 沖縄県レクリエーション協会
TEL&FAX 098-932-9870 E-mail : oki-rec1974@jewel.ocn.ne.jp

令和3年度レク公認指導者フォローアップ講習会 受講申込書

この講習会はレク・インストラクター資格取得の単位対象です。
受講証を発行しますので、受講者の自宅住所・連絡先を必ずご記入ください。取得された単位は3年間有効です。

フリガナ 氏名	年齢	歳	性別	男・女
住所	電話番号 ()			
勤務先・活動先	資格名、ID番号（日レク協会有資格者のみ記入）			

参加者名欄が足りない場合は
コピーしてお使いください。
2月25日（金）まで

FAX

FAX 098-932-9870

第39回 フォークダンス(民踊・FD・レクD)

1. 趣 旨 余暇時間の増大、高齢化社会の到来により人々のレクリエーションに対する要求は一層高まり、レクリエーション指導者やリーダーへの期待が多くなりました。
そこで、生涯スポーツ・レクリエーションの一環として老若男女問わず、いつでも、どこでも、誰でも楽しめるみんなの踊り（民踊、フォークダンス、レクダンス）の指導者及び会員相互の交流を深めると共に資質の向上を図ることを目的として開催します。
2. 主 催 沖縄県フォークダンス連盟、沖縄県民踊指導者連盟
3. 後 援 沖縄県レクリエーション協会
4. 期 日 令和4年1月30日(日)
5. 会 場 農民研修センター
6. 講 師 日本フォークダンス連盟公認指導者(下地宏美)
7. 参加対象 沖縄県フォークダンス連盟会員、民踊指導者連盟会員、民踊・フォークダンス・レクダンス愛好者、初心者も歓迎
8. 内 容 実技：日本フォークダンス連盟普及曲伝達講習
9. 参加費 2,500円
10. 日 程 1月30日(日)
9:30～10:00 受付
10:00～10:20 開講式 新旧役員あいさつ
10:20～11:40 三種目交流講習会
12:00～12:30 県レクリエーション協会表彰状授与式
12:30～13:40 ランチタイム
13:40～16:00 種目別(フォークダンス、レクダンス)講習会
16:00～16:30 種目別に片づけ、終了
11. 申込み 宜野湾市佐真下39番地(島袋方)
沖縄県フォークダンス連盟宛て
締切日→12月10日(金) 厳守(資料準備のため)

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、今後の感染拡大状況により、延期あるいは中止の可能性があります。

新型コロナウイルス拡大状況によって講習会が延期または中止の場合、個人で申し込んだ方には直接連絡いたします。(携帯番号を必ず記入してください)

団体申し込みの場合はリーダーに連絡いたします。

※参加費は当日各団体、サークルでまとめてお支払いください。

※当日受付の場合、資料はありませんのでご了承ください。

※問合せ先 携帯(090-3794-5547) 島袋

※コロナ禍の中、体調管理はしっかりと。当日は検温・マスクをお忘れなく。

沖縄県フォークダンス連盟 島袋 光枝

新型コロナウイルス感染拡大予防の為に長～い自粛が開け、春のさざしがみえてきました。2年ぶりに念願のフォークダンス全種目の会員が一同に集う交流講習会です。

民踊や外国のフォークダンス、レクダンス等で笑顔でふれあえる交流講習会!となれるよう、大勢の皆さんの参加を希望しています。

この交流講習会は余暇時間の増大、高齢化社会の到来により人々のレクリエーションに対する要求の高まり、レクリエーション指導者やリーダーへの期待が高まる中で、生涯スポーツ・レクリエーションの一環として老若男女問わず、いつでも、どこでも、誰でも楽しめるみんなの踊り(民踊、フォークダンス、レクダンス)の指導者の資質の向上及び会員相互の交流を深めると共に、より良い健康生活をめざす目的として開催します。

午前中は交流会で、午後からは同じ場所で種目別(フォークダンス、レクダンス)での講習会になります。

尚、コロナ対策については、アルコール等の消毒薬を準備しております。但し、検温については、当日ご自宅で行ってください。体温が37度以上あって体調に不安のある方は参加をお控え下さい。



フォークダンス



民 踊



レクダンス

糸満レクサークルきらら

糸満レクサークルきららは、友愛と奉仕の精神をもって地域、学校、職場、社会福祉へ「生きる喜びづくり」、「健康づくり」を支援し、自己の向上を目指していつでも、どこでも、誰にでもできるレクリエーションの普及に務めることを目的に、平成6年に結成されました。

糸満市教育委員会主催のレクリエーション講習会の実施や出前講座、学校や各団体、市民対象のレクリエーションの支援、「健康福祉まつり」や「ふれあい新春もちつき大会」での全体レクの担当、「新1年生を励ます会」や福祉施設の諸行事にも参加協力をしています。

糸満市ボランティア連絡協議会にも加盟して「!! 楽しくなきゃボランティアじゃない!!」を合言葉に「糸満市チャリティー演芸の集い」、「歳末助け合い募金」、「赤い羽根共同募金（街頭、企業）」や「南部トリムマラソン大会」、ボランティア加盟団体の交流を兼ねたニュースポーツの普及活動も行っています。



新春ふれあいもちつき大会



沖縄県障がい者スポーツ大会

県主催の「子ども遊びまつり」や「スポーツレクリエーション祭」「障がい者スポーツ大会」への参加協力も楽しみの一つでした。コロナ禍で多くの行事が中止となりましたが、又、活動が再開される事を祈っています。



糸満市チャリティー演芸の集い①



糸満市チャリティー演芸の集い②

「久米島研修」を兼ねて依頼のあった2か所の高齢者福祉施設でのレクリエーション活動は、楽しく交流を深める事ができて、とても喜ばれました。

「北海道全国レクリエーション大会」では、台風接近のため2日間延泊となったため、宿泊地近くの福祉施設で楽しく交流を深めた後に、再度、五稜郭やデパートで展示会等を見学、ゆったりと函館の街を散策した事が思い出されます。

県主催の「子ども遊びまつり」や「スポーツレクリエーション祭」



沖縄県子ども遊びまつり

沖レクだよりの感想をお寄せください

今後の広報誌づくりに役立てるため、皆さまのご感想を募集しています。お寄せいただいたご感想は沖レクだよりやHPに掲載させて頂くこともあります。

・印象に残った、興味をもった記事とその感想など。

・参考になった、役に立った記事は。

・差支えなければ、お名前（匿名・ペンネーム可）を教えてください。

アンケートのご提出は下記までお送りください。
なお、沖レクホームページ上でもアンケートを受け付けております。

沖縄県レクリエーション協会 事務局

〒904-2173

沖縄県沖縄市比屋根 5-3-1

県総合運動公園内

Tel/Fax 098-932-9870

E-Mail oki-rec1974@jewel.ocn.ne.jp

ホームページ <http://oki-rec.jimdo.com>

次号は2月発行予定です。
お楽しみに。

