

# レク通信 278号

2022(令和4年) 3. 1



宮崎市レクリエーション協会

事務局：宮崎市大字加江田5047-9

電話：090-5745-9494

FAX：0985-65-2104

HPは「宮崎市レクリエーション協会」で検索

今年こそは・・・と期待して迎えた新年も、早いもので3月。皆様、お元気ですか？  
「コロナと共に」の生活はまだ続きそうですね！今年度の活動を振り返ってみたいと思います。

4月18日(日) 「宮崎市レクリエーション協会 総会」

11名の参加。竹村前会長から湯浅新会長にバトンタッチ。新体制がスタートしました。

8月1日(日) 「生目の杜遊古館デイキャンプ」

キャンプファイヤーの指導を行いました。



11月3日(水・文化の日) 「みやざき市民芸術・文化祭」(宮崎市民文化ホール)

昨年同様、整理券で人数制限をしましたが、前回の経験を活かして、多くの子どもたちに楽しく参加してもらえたのではないかと思います。毎回、竹とんぼは大人気！

11月7日(日) 「宮崎の自然と遊ぼう！in 青島」(宮崎県青島青少年自然の家)

小学5・6年生17人参加。ボランティアの参加も多く、子どもたちに十分な対応ができました。子どもたちは、青島散策の後、作って食べよう！(カンガルートースト) 作って遊ぼう！(どんぐり、松ぼっくりで工作)と盛沢山の内容に、大満足の日ではなかったかと思います。

市レクメンバーの経験とチームワークが発揮されました！

11月28日(日) 第7回「元気づくり講習会」

17人の参加がありました。毎回楽しみに参加される方も多く励みになります。夢レク会で内容を話し合ったり、ミニ勉強会でミニリハーサルをしたり・・・講習会に取り組むことが私たちの研修の場になっています。

1月9日(日) 「お正月フェスティバル」(宮崎市民文化ホール)

2年ぶり。開催できるか心配しながらでしたが、感染対策、整理券配布もスムーズにできました。干支のフォトスポットでは、たくさんの笑顔が見られました。

コロナ禍、5月、8月、9月、2月と夢レク会を開けず、十分話し合いをすることができませんでしたが、ライン、電話等で連絡を取り合い、準備を進め、無事行事を終えることができました。

それぞれの行事に新しいメンバーも加わり、活気の出た一年でした。会員も2名増え、ますます、パワーアップの市レクです！ 皆様、来年度もよろしくお願い致します。

### 宮崎八幡宮 宵祭

平成 15 年 7 月～平成 21 年 7 月

宮崎市の夏の名物“宮崎八幡宮夏祭”日高和幸さんの関係で依頼があり協力する。神殿と境内庭全体を運営することにした。夕方より園児その他の関係者で大いに盛り上がる。宮レク協は神殿を舞台に萩野、竹井コンビでゲームを先導し、参加者を和ませるための各種ゲームをする。境内ではスマートボール、かんつり、お手玉、バルーンなどで盛り上がった。

抽選会があり参加者に前もって配られた番号に一斉に注目。我が宮レク協メンバー佐藤正男さんが東京往復飛行機券を手にする。本人もびっくり。彼は東京大学医学部に定期的に通って治療中で、大変喜んでいて。

### 宮崎駅前福祉まつり

平成 15 年 12 月 6 日

宮崎駅前商店街を活性化するため、駅前福祉まつり実行委員会を中心にゲームコーナー、各人が制作したものを売る出店で盛り上がる祭りを計画。ゲームコーナーでのレク協出番お手玉 輪投げ 皿回し 折り紙 バルーン 紙飛行機等を行う。人出が少なくなった駅前広場を活性化するため、宮レク協がんばる。」

### 市制 80 周年記念事業「神話のまち宮崎宝さがし」

平成 16 年 5 月 16 日

宮崎市山崎町の国際海浜エントランスプラザ周辺で「神話のまちみやざき子どもフェスティバル」を開催。家族連など約 400 人が参加し、ウオークラリーや勾玉づくりを楽しんだ。6つのコースに分かれウオークラリーは地図を手掛かりにチェックポイントを目指した。全てのコースが江田神社とみそぎ池を通過。現地では神話の語り部ガイドボランティアが神話を紹介し、クイズのヒントを得る。参加者はゴール後、石を磨いて勾玉を作ったり、吹き矢、竹馬、シャボン玉遊びをしたりして休日を満喫した。

### 青島国際ビール祭

平成 17 年～19 年 8 月

青島国際ビール祭の会場を盛り上げるため、子供たちの遊びを担当する。

どどんと祭りや春の遊ぼうフェスタ等で実践した豊富なゲームを入れながら、夜の子供の国で遊びをする。いろんなゲーム道具を運ぶのに苦労する。大将とクマちゃんの軽トラで多くのレク材を運ぶ。かん釣り、皿回し、ジャックの豆の木の絵が描いてあるピンボールゲーム、バルーン等を行い盛大であった。

### 全国スポレク祭 ふれあいチャレンジコーナー担当 平成 21 年 10 月 20～21 日

総合運動公園、生目の森運動場等、7会場広場テントで県外から参加した選手をいたわるため、バランストンボ作成を援助する。7会場でバランストンボ作成を指導しながら交流を深める。残りのバランストンボを各種イベント等に活用する。

### ふれあい in 小松台 小松台小学校

平成 22 年 11 月 14 日

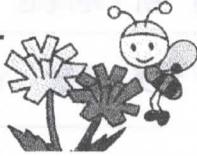
学校と小松台地域まちづくり委員会との共催で開催。市レクに依頼。担任の先生と打ち合わせをし、牛乳パックを使い、1場面から2場面に変身する紙芝居のような工作をする。河野さんと田村さんレク指導者講習会の成果を発揮する。

記 竹村義政

傘寿を迎えた!

「昭和の常識」「平成の非常識」「令和の新常識」

あわじゃん  
【Awa 将の脳トレクイズ!】No. 12

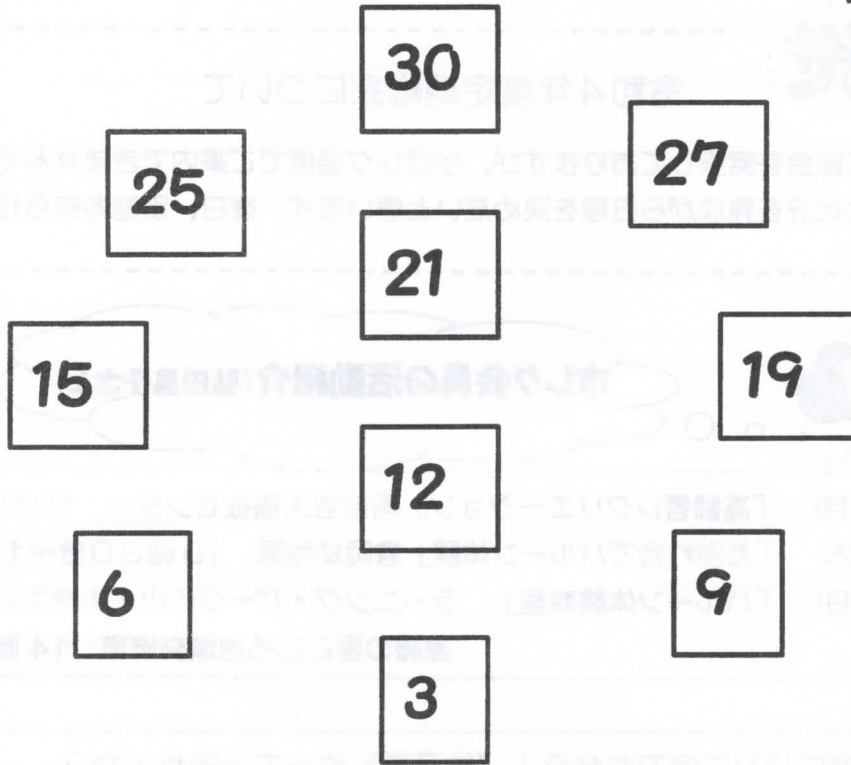


### 3月の問題

答えは次号のレク通信で~

縁日の輪投げです!

「さあさ、合計がぴったり 50 になったら賞金 1 万円だよ。  
誰でもやってちょうだい。輪はいくつ投げてもいいよ。」



2月号の答え 答えはすべて **9** です。



「9の魔術」と呼ばれている  
パズルです。そんなに難しい  
問題ではありませんが、  
形がとても美しいですね!



- $(9 \times 1 + 1) \div 1 - 1 = 9$
- $(9 \times 2 + 2) \div 2 - 2 = 8$
- $(9 \times 3 + 3) \div 3 - 3 = 7$
- $(9 \times 4 + 4) \div 4 - 4 = 6$
- $(9 \times 5 + 5) \div 5 - 5 = 5$
- $(9 \times 6 + 6) \div 6 - 6 = 4$
- $(9 \times 7 + 7) \div 7 - 7 = 3$
- $(9 \times 8 + 8) \div 8 - 8 = 2$
- $(9 \times 9 + 9) \div 9 - 9 = 1$

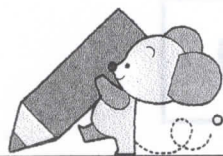
宮崎市レクリエーション協会これからの予定 (状況により変更される場合があります)

月	日	行 事	場 所・時間他
3	7(月)	夢レク会 (今年度の反省と来年度に向けて)	市民プラザ 3階 19:30~
4	7(木)	夢レク会 (総会に向けて)	市民プラザ 3階 19:30~
	未定	宮崎市レクリエーション協会 総会 予定	未定



令和4年度定期総会について

毎年4月に総会を実施しておりますが、今回レク通信でご案内できませんでした。コロナ感染の状況を見ながら日程を決めたいと思います。後日、別途お知らせいたします。



市レク会員の活動紹介(弘田昌子さん)

- 3月14日(月) 「高齢者レクリエーション」 南部老人福祉センター 10時~11時30分
- 3月17日(木) 「お別れ会でバルーン体験」 倉岡幼稚園 10時30分~11時30分
- 4月 3日(日) 「バルーン体験教室」 ラーニング・パークの小・中学生に向けて  
源藤の里こころ地域交流室 14時~14時40分

ご飯に野菜にパンに何でも合う! 《柚子糰》作ってみませんか?

米こうじ 1キロ  
濃口しょうゆ 800cc  
柚子の皮 12~15個  
(皮だけ細かく刻む)  
砂糖 800g

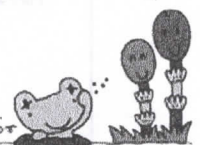
- ①砂糖以外の材料を容器(タッパー等)に入れて1週間位(麴が柔らかくなるまで)浸しておく。時々かき混ぜると良くなじみます。
- ②1週間位して柔らかくなったら、鍋に材料を入れて、砂糖を加え、弱火で焦がさないように20分位煮詰めて、蓋をして一晚蒸らす。

\*吹矢の仲間に教わったレシピ! 3分の1の材料で作ってみました! たくさんできたので、お裾分けして喜ばれました。炒め物に混ぜたり、ご飯のお供や野菜につけて...お酒のアテにもGood! 柚子のさわやかな風味が食欲をそそります。

編集後記

皆様は、「おうち時間」をどのようにお過ごしですか?

我が家は、毎週土曜の夜は「たこ焼きパーティ」(といっても夫と二人...)  
今まで、漬物を食べる習慣もなかったのに、「ぬか漬け」を始め、ヨーグルトメーカーで「甘酒」を作り、発酵食品が食卓に並びます。歩く習慣もなかった私が、毎日(さぼる時もあるけれど...)散歩に出かけ、今まで気づかなかった身近な自然に感動しています。憎き! コロナだけど...新たな発見もあったなあ~と思うこの頃です。(河野裕子)



2022年度宮崎県レクリエーション協会事業計画(案)

	行 事	期 日	場 所
4月	県レクリエーション協会監査	4月 9日(土)	宮崎県レクリエーション協会事務局
	第1回理事会・評議員会	4月16日(土)	宮崎県総合運動公園合宿所大会議室:
5月	全国一斉「あそびの日キャンペーン」	4月半~6月	県内各地
6月	課程認定校連絡協議会	6月1日(水)	県レクリエーション協会事務局
	九州沖縄ブロック・レクリエーション連絡協議会	6月18日(土)~ 6月19日(日)	未定
7月	レクリエーション・インストラクター養成講習会	①7月9日(土)	宮崎県総合運動公園合宿所大会議室
		② 7月10日(日)	宮崎県総合運動公園合宿所大会議室
8月	レクリエーション・インストラクター養成講習会	③ 8月27日(土)	宮崎県総合運動公園合宿所大会議室
		④ 8月28日(日)	宮崎県総合運動公園合宿所大会議室
9月	レクリエーション・インストラクター養成講習会	⑤ 9月10日(土)	宮崎県総合運動公園合宿所大会議室
		⑥ 9月11日(日)	
	全国レクリエーション祭	9月16日(金)~ 18日(日)	兵庫県
10月	レクリエーション・インストラクター養成講習会	⑦10月15日(土)	宮崎県総合運動公園合宿所大会議室
		⑧10月16日(日)	宮崎県総合運動公園合宿所大会議室
	介護ボランティアサポート事業研修会	10月22日(土)	宮崎県総合運動公園合宿所大会議室
	第54回宮崎県レクリエーション祭 in 高岡	10月29日(土)	高岡天ヶ城体育館
11月	第1回福祉レクリエーション研修会	11月12日(土)	宮崎県総合運動公園合宿所大会議室
	レクリエーション・インストラクター養成講習会(最終回)	⑨11月26日(土)	宮崎県総合運動公園合宿所大会議室
12月	スポーツ・レクリエーション研修会	12月3日(土)	宮崎県総合運動公園合宿所大会議室体育館
	全国代表者会議	未定	東京都
2月	レクリエーション・フォローアップ研修会	2月25日(土)	宮崎県総合運動公園合宿所大会議室
3月	笑顔でスポーツ	3月18日(土)	宮崎県武道館 主道場
	理事会	随時	

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、事業実施については、変更が予想されます。

2022.11.1  
22-11-22-PFC  
2022.11.22