

宮崎市レクリエーション協会は、みなさんの「いきいき活動」を応援します！

レク通信 288号

2022 (令和5年). 2

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

お正月フェスティバル

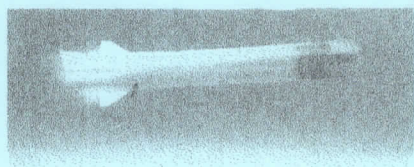
「市民文化ホール」から依頼がありました。

令和5年1月15日（日曜日） 10時～14時 市民文化ホール

子ども達向けに、「皿回し、こままわし、かんつり、かさぶくろロケット、
ぶんぶんごま、うさぎのバルーン体験、干支のフォトスポット」し
学生さんが3名お手伝いをしてくださいました。

「皿回し」「コマ回し」「缶つり」

「かさぶくろロケット」



スーパーなどにおいてあるかさぶくろを使っ
てロケットを作ります。尾翼をつけ、前方がち
よっと重くなるように絶縁テープで飾りをつけ
ます。小さい子ども達も飛ばすことができ楽し
そうでした。

「ぶんぶんごまを作ろう」

「うさぎのバルーン体験」

「干支のフォトスポット」

傘寿を迎えた！

「昭和の常識」「平成の非常識」「令和の新常識」

【Awa 将の脳トレクイズ！】

た

1月の答え

◆さあ みなさん解けたかな・・・

雨が降るまで、踊りつづけるから！

「解説」

本当になるまで言い続けるという手があります。

言い続けていると、それを信じる人が増えてきて、誰もその方向に始めるから、やがて本当になったりします。

パーソナルコンピューターという概念を発明したアラン・ケイは、下記のような法則をのべています。

「未来をあてる最高の方法は、それを自分で発明することにある。」

2月号の問題 挑戦してみましょう。

昭和の常識から令和の新常識へ！ 2025年には5人に一人が認知症！
認知症にならないための “脳活クイズ” ！

行きは時速60キロで、ドライブに出掛けました。
帰りは時速20キロでした。同じ道ですが、混んでいたのです。
往復での平均の速さは、いくらでしょう。

宮崎市レクリエーション協会これからの予定

月	日	行事	場所・時間他
2023年 2月	7日	「夢レク会」 「ミニ勉強会」 みんなで学びませんか？	宮崎市民プラザ3階 19:30～
2023年	11日	レクリエーションの楽しさを！	宮崎西地区交流センター

第1回 レクリエーションの楽しさを！

2月11日（土）9時30分～12時（受付9:10～）

宮崎西地区交流センター

内容：体を動かす体験

クラフトの体験

準備するもの

（マスク、飲み物、タオル、動きやすい服装、体育館シューズ、はさみ、のり）

「後書き」

昔懐かしい「関所やぶり」や「氷おに」など、広い体育館を使って遊ぶ集団レクリエーションの楽しさを見られなくなりました。今回、レク遊びの原点に戻り「集団で遊ぶレク」に取り組んでみようとプログラムしました。後半は、子どもから高齢者まで身近な物で「作って遊べる」を計画しています。（岡本さんの言葉より）