

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 298号

2024 (令和6年). 1. 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



新しい年が明けました。宮崎市レクリエーション協会会員の皆さん、ご協力いただいている方たちとともに2024年を迎えることができ、幸せです。

みなさんのためのレク情報を今年も盛り沢山にしてお届けします。

あけましておめでとうございます

令和6年、辰年がはじまりました。宮崎市レクリエーション協会も37年の年を迎えようとしています。

昭和62年3月に発足、当時の事務局は市教育委員会(社会教育課)におかれていたんですね。『自然と遊ぼう』はそのご縁かも！？

12年前の辰年には、レク通信は159~171号。33名の仲間が在籍していました。依頼を受けて県内いろんな所に行っていましたし、今でも続いているイベントもあります。

今年も皆様の力を借りながら、こつこつと歩いていければと思っています。

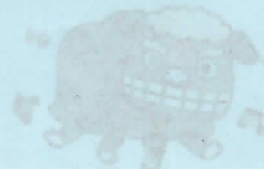
皆様にとって良い年でありますように。

宮崎市レクリエーション協会

会長 湯浅 健次

ご挨拶

お返事



宮崎市レクリエーション協会 1~2月の予定

月	日	行事	場所・時間他
1月	6(土)	「第5回 お正月フェスティバル」 宮崎市民文化ホール自主事業 お正月感いっぱいイベントです。	市民文化ホール 10:00~14:00 *市レクはイベントホール 担当
1月	9(火)	「夢レク会」 楽しい情報がいっぱい!! 会員の皆様からの情報をお待ちしています。	宮崎市民プラザ3階 市民活動センター 19:30~
2月	7(水)	「夢レク会」 ミニ勉強会で役立つレク情報、新しいクラフト など一緒に学びませんか。	宮崎市民プラザ3階 市民活動センター 19:30~

AWA 持の脳活クイズ!

「昭和の常識」「平成の非常識」「令和の新常識」



*ヒント

笑った時にできるくぼみのことです。



*ヒント

「魚」と「分」は頭と胸の部分とおなかの部分が
はっきり分かれた魚を表しているそうです。

*前号の解答です。



うがい

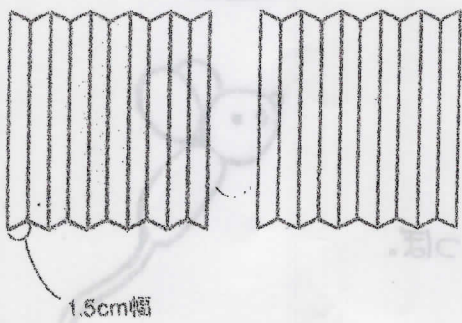
うなじ

パッとクジャク

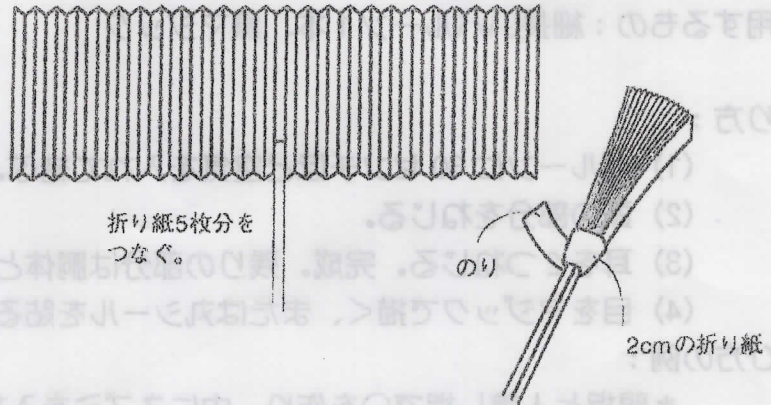
材料 トイレtpペーパーの芯・折り紙・割りばし・破れにくい紙(和紙など)

用具 はさみ・のり・ボンド・カラーペンなど

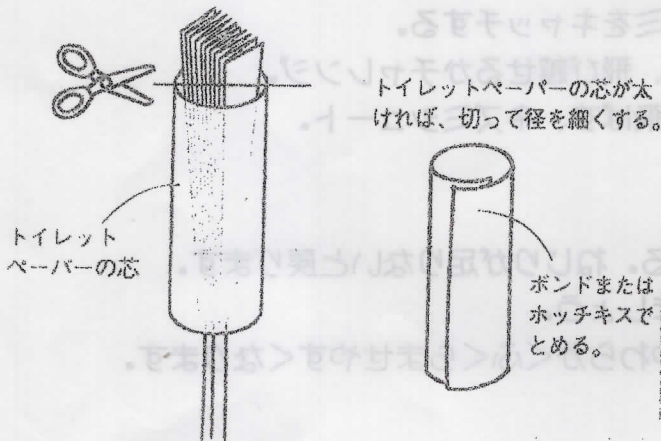
① 折り紙5枚を1.5cm幅に交互に折りた
たんで、のりでつなぎ合わせる。



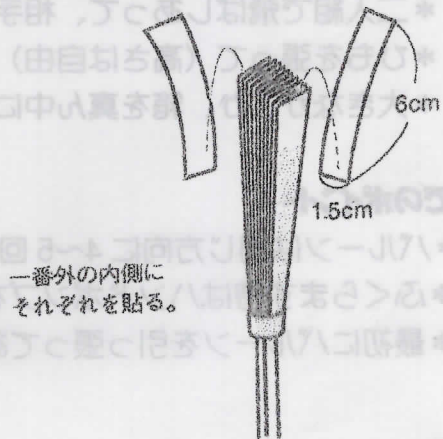
② 折り紙の真ん中に、割った割りばしに
ボンドをつけて貼りつける。折り紙をたた
んで、割りばしとのつなぎ目の部分を
2cm幅の折り紙でとめる。



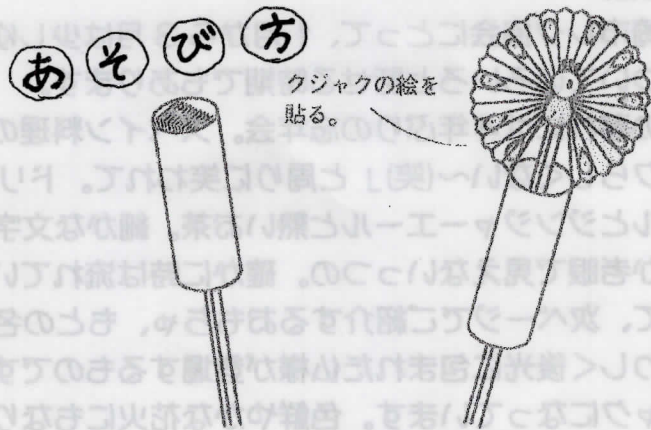
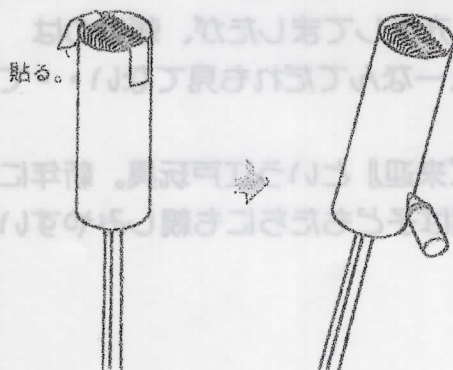
③ トイレtpペーパーの芯の筒に2の折
り紙を入れ、余った部分は切りとる。



④ 和紙などを1.5cm×6cmに切り、
の折り紙に貼りつける。



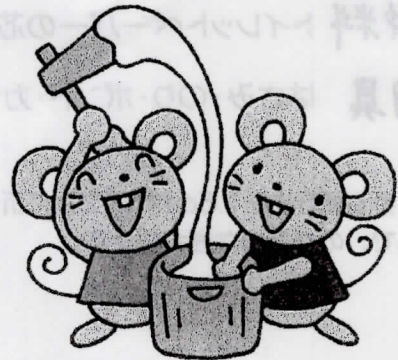
⑤ 筒の中に入れ、4.の紙を筒の外側にボ
ンドで貼りつける。筒や割りばしに、折り
紙やカラーペンで飾りつけたらできあがり。



筒を持って割りばしを押しあげると、パッと開いてお
花が咲いたようになる。真ん中にクジャクの人形をつける。

1本のバルーンで遊ぼう

1月号の記事なのでまずは「1」にこだわってみました。
最近の市レクの「作って遊ぼう」でたびたび登場するのが
細長いバルーン1本でつくる「ジャンプねずみ」
子どもたちと一緒に作るのもよし、顔を描くもよし、そして
いろんな遊び方ができるんです。
100円ショップのバルーンでOK。
ぜひ挑戦してみてください。



使用するもの：細長いバルーン1本、黒マジック

作り方：

- (1) バルーンに30センチほど空気を入れて結ぶ。
- (2) 頭の部分をねじる。
- (3) 耳を2つねじる。完成。残りの部分は胴体としっぽ。
- (4) 目をマジックで描く、または丸シールを貼る。



遊び方の例：

- *親指と人差し指で○を作り、中にネズミを入れ、しっぽを引っ張って飛ばす。
- *飛ばして、キャッチする。
- *一列に並んで遠くへ飛ばす競争をする。
- *二人組で飛ばしあって、相手のネズミをキャッチする。
- *ひもを張って（高さは自由）飛ばし、飛び越せるかチャレンジ。
- *大きなかごか、箱を真ん中に置いて飛ばす、ネズミシュート。

作るうえでのポイント

- *バルーンは同じ方向に4~5回はねじる。ねじりが足りないと戻ります。
- *ふくらまず時はハンドポンプを使いましょう。
- *最初にバルーンを引っ張っておくとやわらかくふくらませやすくなります。

編集後記

(担当：弘田昌)

宮崎市レク協会にとって、1月から3月は少しゆとりのあるシーズン。来年度の活動や行事についていろいろと話せる時期でもあります。

昨年のお暮れには4年ぶりの忘年会。スペイン料理のお店でしたが「そんなおしゃれなお店、市レクらしくない〜(笑)」と周りに笑われて。ドリンク類も充実してましたが、頼むのはビールとジンジャーエールと熱いお茶。細かな文字のメニューなんてだれも見えてない・・・ていうか老眼で見えないっつの。確かに時は流れています。

さて、次ページでご紹介するおもちゃ、もとの名称は『ご来迎』という江戸玩具。新年にふさわしく後光に包まれた仏様が登場するものですが、今回は子どもたちにも親しみやすいクジャクになっています。色鮮やかな花火にもなりますよ。