

## 第1回「レクリエーションの楽しさを！」講習会へのご案内

明けましておめでとうございます。日頃より当協会をご支援いただき感謝申し上げます。

令和5年も変わらずコロナウィルスの脅威に晒されながら生活せざるを得ない日常です。

そんな中でレクの楽しさを体感し、ストレスを解消していただける「場づくり」「プログラムづくり」を考えた「第1回 レクリエーションの楽しさを！」という講習会を開催することになりました。

昔なつかしい「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が見られないようになりました。コロナ的环境下では無理ありませんが、子ども達は走って遊ぶ、追いかけてっこする等、からだを動かすレクが大好きです。今回、レク遊びの原点に戻って「集団で遊ぶレク」に取り組んでみようかとプログラムしました。もちろん高齢者にも対応できるプログラムです。

児童館の先生、幼稚園、小学校の先生、放課後児童クラブの方々、これから子ども達に関わるボランティア活動や仕事を考えておられる方、レク活動支援者など、子ども達や参加者がキラキラ輝いて遊べるレクと一緒に考え体験しませんか。

後半は学習室で子どもから高齢者まで身近な材料で「作って遊べる」工作を計画しています。一緒に作って遊びましょう。

これから先も様々なストレスを感じながら生活をしていく日常が続きますが、笑って、遊んで、楽しんで、心も体も元気に過ごせる日々を願っています。そんな皆様の健康づくりの為に、宮崎市レクリエーション協会では「コロナ禍に勝つ！レクの楽しさ」を伝える事業を今年も取り組んでいく所存です。この講習会が参加される皆様の「レク活動プログラム」の一助となりましたら幸いです。

### お申込みはこちらへ・・・

\*電話（携帯） 090-5745-9494（市レク番号）  
090-4511-7039（事務局：岡元携帯）

\*FAX 0985 65-2104（岡元方）  
・氏名 ・連絡先 を記入してお申し込み下さい。

★締切日 令和5年2月4日（土） 資料準備のため、早めのお申込みをお願いします。  
期日後の急な申込みの方は、岡元の携帯電話（事務局）へ直接ご連絡下さい。

★このような日常ですので、コロナウィルス感染予防の為、急きょ中止する場合があります。  
確実な感染予防をしての開催を計画していますがご了承下さい。

宮崎市レクリエーション協会 事務局：岡元