### レク・インストラクター&スポレク指導者が 活躍するJAPAN

日 時 平成 29 年 9 月 16 日(土) 13:00~14:30

開催形態

講演・グループディスカッション

会場

函館大学2F 254講義室

参加者数

17名

講師

佐近 慎平 氏(新潟医療福祉大学 健康科学部 健康スポーツ学科 准教授) 河原塚達樹 氏(公益財団法人日本レクリエーション協会 常務理事)

#### ねらい

資格の特徴を認識することで、「レクを仕事に活かす」「仕事に必要なレクを選ぶ」ことができるようになる。課程認定校においては、学生の資格取得が、卒業後に活躍できる場づくりへとつながる。

専門性の高いレクスキルを発揮し活動する事で、レク活動に対し信頼を 得ることができるようになり、資格の継続にもつながる。また、地域が必

要としているレク活動に必要な視点を知る為に資格の活用方法と可能性を議論する。



#### 内 容

- ○スポ・レク指導者設置の背景と独自の役割(法律の設定、国の施策、社会的な課題、オリパラ東京2020のレガシー)「スポーツを活用したレクリエーション」「プレイを楽しむ」「スポーツをしない人がスポーツをする環境づくり」ソフトスポーツ(サイコロシュート、風力マッスルアップなど)スポ・レク指導者養成課程認定校は現在7校。来年度以降の申請を検討3校。
- ○満たされていない「楽しさ」を満たすことのできるイベントを探す → 運動実施者へのアプローチ 地域で必要としている事業①「子どもの2極化対策→学校・保護者の協力」保護者の運動未実施者への 取り込み。地域で必要としている事業②「人として社会地域に貢献できる(活かせる)場づくり」
- ○レジャーカウンセリング(1994) 【楽しさのリスト】
- ○グループディスカッション
- ○グループ発表
- ○資格を持って物事を伝える=信頼される インストラクター→地域のニーズをみつけやすい環境 地域(身の回り)のかたまり(人々)に、1人でもインストラクターがいれば、もっとつながるチャンスが生まれる。自分の好きな事で、自分も楽しむことができる。周りの人を楽しませることができる。
- ○スポーツ参加募集事業(スポーツ未実施者を呼び込む)



#### 参加者の反応・声など

課程認定校北海道・東北ブロック研修を同時に実施した。教員・学生・地域でレクに関わっている方とのディスカッションは、様々な意見を取り交わす事ができた。参加者を待つのではなく、こちらから出向き、その気にさせることが大切である。GWは参加した学生たちにとっても有意義であった。知らない分野での問題があることがわかって、知っていることと知らないことを合わせることで地域の問題が必要としている事業を解決できるのではないかと思った。グループディスカッションで、資格がどのような役割を担うかという課題では、考えていなかった意見を聞くことができ、レクに対して復習し考えてみようと思った。資格の意味とは何なのか分かった気がする。実際に事業や指導者の役割を考えることによって身近に感じることができた。もう少し有資格者の参加者が多いと良かった。学生との交流が楽しかった。

### 新しいレクリエーション・インストラクター 養成カリキュラム紹介

~心が元気になる仕組みに裏付けられた支援の方法~

日 時 平成 29 年 9 月 16 日(土) 13:00~15:00

開催形態

講義

会場

函館大学2F 206講義室

参加者数

19名

講師

小久保信幸 氏(公益財団法人日本レクリエーション協会レクリエーション支援者育 成部 マネージャー)

#### ねらい

平成 29 年度よりスタートした新しいレクリエーション・インストラクター養成カリキュラム(平成 29 年度カリキュラム)の学習のポイントや学習方法例を紹介する。



#### 内 容

平成29年度カリキュラムの要点を掲載したレジュメを用いて、以下の様に講義が行われた。

- ①カリキュラム検討の方向性と平成 29 年度カリキュラムの特徴 レクリエーション支援の目的は「対象者が自ら心を元気にできるようになること」であり、その達成の ために「レクリエーション活動を効果的に活用する」ということが支援の方法であることを確認。
- ③理論科目、実技科目のポイント

ける「実技科目」という全体像を確認。

理論科目では、フロー理論、マズローの五段階欲求説からといった、「楽しい」「元気になった」と感じる人の心理的な仕組みの学習方法、実技科目では、理論に裏づけられた信頼関係や良い集団づくりなどコミュニケーション促進の方法、やる気を引き出す展開方法(ハードル設定)や言葉かけの方法(CSS プロセス)の学習方法などを紹介。



#### 参加者の反応・声など

講義の中では、ひとつのテーマが終わる度に隣の方と振り返り(意見や質問の交換)をしたが、しっかりと二人ないし三人の中でディスカッションされていた様子で、講師として心強く感じた。アンケートにも、レクリエーション養成講習会の講師をされていない方も多く、難しさを感じている方もいたとの指摘があったように、講師経験者(課程認定校教員含む)を想定した内容にそった参加者募集を仕切れなかったことへの反省も持たれた。アンケートは満足の評価が多数という結果であった。学校の授業に活かせる、ポイントが整理



されわかりやすくなったと感じる、といった嬉しいお言葉もいただいた。

### レク・インストラクター新カリキュラムの 効果的な講義法の研究

日 時 平成 29 年 9 月 16 日(土)15:30~17:30 開催形態 ワークショップ

会場 函館大学2F 206講義室

参加者数 12名

講 師 小久保信幸 氏(公益財団法人日本レクリエーション協会レクリエーション支援者育 成部 マネージャー)

#### ねらい

平成 29 年4月から新しいレク・インストラクター養成カリキュラム (平成 29 年度カリキュラム)での養成講習会が始まった。学習のねらい、ポイントといった幹は定まっているが、確かな実践力を育むための講義方法、教材などを鍛え、幹から豊かに枝葉を広げるという課題への挑戦は、今年度から始まる。こうした課題への挑戦の第一歩として本セッションを設定した。



#### 内 容

- 1. 平成 29 年度カリキュラムでの学習では、レクリエーション活動を用いて心の元気づくりを手助けする 実践力を身につける事を目指す。そのためには、心が元気になる仕組みが上手に作動するようにレク リエーション活動を実施する方法を身につけることが大切。本セッションでは、上記方法の核心である①ホスピタリティ、②ハードル設定、③CSS プロセスの3つの学習テーマについて、ミニワークショップ形式で、参加者と講師が一緒になって教材や学習方法について探求した。
- 2. 参加者は、3つのグループに分かれて、上記①~③のミニワークショップを回った。1回のミニワークショップは35分ほどで、15分程度講師からの教材や学習方法の提案、20分ほどが意見交換、議論という構成。①ホスピタリティでは、講師が略式のグループワーク等を展開し、実際のイメージをもとに議論を進めた。②ハードル設定では、方法の基本的な理解の確認から効果的な学習方法の議論が
  - 展開された。③CSS プロセスでは講師の問題提起にもとづいた参加者の多様な意見がホワイトボードで整理され共有された。いずれも、単なる知識の取得や経験することにとどまらず、試行や相互評価などをとおした実践的な方法の習得の重要性が確認された。
- 3. なお、②については福井県レクリエーション協会事務 局長辻岡世紀子氏、③は長崎県レクリエーション協会 専務理事平山仁氏が講師を担当された。



#### 参加者の反応・声など

講師を経験している方からは、学習方法の基本が理解できた、レパートリーが増えたとの声が聞かれた。 1 テーマ 35 分程度という時間の制限もあって、十分ディスカッションできなかったというお叱りの声もあった。アンケートでは大満足、満足との評価が多数を占めた。各テーマが共通して成功体験をキーワードとしていたことから、「成功体験が心の元気のキーワードである」といった私どもの狙いをしっかり受け止めていただいたという声もあった。また、ディスカッションが良かった、他の都道府県の様子も分かって勉強になったなど、短いながらも意見交換を組み込んだことの効果も出ていたと思われる。やや不満としている評価ながら、もっとみんなで勉強したい、基本は教材研究、我々指導者がもっと問題意識をもって取り組むことが重要だと気付いた、といった嬉しい声も頂けた。

### RIO2016 活動レポートと、東京 2020 で輝く レクリエーションの可能性を探る

日 時 平成 29 年 9 月 17 日(日)10:00~11:00 開催形態 ワークショップ

会場 函館大学2F 206講義室

参加者数 9名

講 師 植田 尚史 氏(公益財団法人日本レクリエーション協会レクリエーション支援者育 成部 マネージャー)

#### ねらい

日本レクリエーション協会は、リオ 2016 オリンピック・パラリンピック期間に、現地に設置された「TOKYO2020 JAPAN HOUSE」で、日本のスポーツ・レクリエーションを PR(103 種目を紹介)する取組を行った。この取組を参考にしていただきながら、東京 2020大会でレクリエーションの強みを活かした取組の可能性について、参加者の皆さんとともにアイデアを深め合うことをねらいとする。



#### 内 容

リオ 2016 オリンピック・パラリンピック期間に現地に設置された、「TOKYO2020 JAPAN HOUSE」で行った日本のスポーツ・レクリエーションを PR する日本協会の活動を報告した。特に、103 種目のスポーツ・レクリエーション活動を紹介したことや、来場者と積極的にコミュニケーションを図りながら、人気のコーナーとして運営できた仕掛けのヒントなどは、「実際の様子がよく分かった」「世界の方々と交流を図る

ためのヒントが得られた」など、好評であった。「たくさん人が集まってきたときは、射的型のプログラムで多くの方に楽しんでもらえるようにする」「時間が取れるときは、ダンスなどで交流したり、即席チームを作って対戦して楽しむ活動を取り上げる」といった運営の工夫は「東京2020開催中に世界の方々と交流するうえで参考となる」として、「レクリエーション協会オリジナルの取組として、もっと PR すべき」といった声が寄せられた。



#### 参加者の反応・声など

当初予定されていた人数より、大幅に少ない人数の参加となった。その結果、一人一人に感想や意見、 質問などを聞くことができた。アンケート結果は以下の通り。

勤務している施設も、オリンピックのサッカー競技の開催予定地であるため、競技開催期間中にいかに世界の方々と交流できるか知ることができた。ジャパンハウスやスポーツフォートウモローなどの取組が大変参考になった。レクの強み、今後の組織運営に活かしていきたい。実際の様子を知ることができてよかったです。知らなかった事例と、その興味深い方法論を知ることができました。2020に向けて大変参考となる内容であった。非言語コミュニケーションの成功例として日本協会のホームページへの掲載や冊子の販売をするべきだ。



### 見て!触って!体験できる 目指せ!レクリ<u>エーション用具マスター</u>

日 時 平成 29 年 9 月 17 日 (日) 10:00~12:00

開催形態

ワークショップ

会 場

函館大学1F 講堂

参加者数

19名

講師

原 秀光 氏(公益財団法人日本レクリエーション協会 総務部プロデューサー)

#### ねらい

日本レクリエーション協会が年に1回発行している「レクリエーションカタログ」では、毎年少しずつ掲載内容が変更している。特にここ数年は10数種類の用具等が追加・変更になっているのが現状である。

そこで、日頃なかなか実物を見る機会が少ないであろうレクリエーション 用具の中でも、比較的新しくレクカタログに掲載されたものを、実際に見て、 触って、体験できるセッションを企画した。



#### 内 容

はじめに「デッキスティック・ゲーム」「スクラム・ミニゴルフ」「ばらんすもう」「ジャムイスト シリーズ」「ブロックヘッド」「フリッカーズ」「ドコデモピンポン」等の概要およびあそび方などを紹介。 続いて、それら各種用具を3か所のコーナーに分け、参加者は各コーナーを1か所15分程度で周りながら体験した。

「ばらんすもう」の手押し相撲では、自分が予想していない時に足元の「ばらんすてっぷ」が膨らんだり縮んだりするので、目の前にいる相手の動きと関係ないところで勝負がつくこともあった。

「ジャムイスト シリーズ」の体験では、メーカーに提供していただいたポストカードに、参加者は思い 思いの色や質感のジャムを使ってデコレーションし、完成

した作品をお土産に持って帰ることができとても喜んでいた。

「ドコデモピンポン」は、厚さ 5cm 以下幅 170cm 以下のテーブルがあれば手軽に卓球が楽しめることもあり、今回は通常の卓球台より小さなテーブルでの体験となった。

全ての用具を体験後、「スクラム・ミニゴルフ」を使って、 参加者全員でホールインワン大会を実施。 見事優勝した方 には、記念品を贈呈した。



#### 参加者の反応・声など

台風の影響もあり、当日の参加者数は少なかったが、ほとんどがはじめて体験する用具だったようで、終始笑いの絶えないセッションとなった。

また、アンケート結果からは「楽しかった」という声が多かった一方、スペースの割に用具が少なかったという声もでた。



日本レクリエーション協会企画

# スポーツ未実施者(無関心層)を掘起し、継続へとつなげる 「動機づけの支援技術」エッセンスを学ぶ

日 時 平成 29 年 9 月 16 日 (土) 10:00~12:00 開催形態

開催形態 ワークショップ

会 場 函館大学2F 206講義室

参加者数 31名

講 師 河原塚達樹 氏(公益財団法人 日本レクリエーション協会常務理事)

#### ねらい

高齢者の健康寿命延伸の取組に不可欠なのが、運動をしていない人たちをスポレク活動に誘うこと。どの市町村もこの課題に悩んでいる。そこで、スポレク指導者の中核的な技術であるスポーツ未実施者の掘起しについて、体を動かしながら楽しく学べるセッションを設けた。運動が苦手な人も楽しくて継続してしまう手法も伝える。「動機づけの支援技術」のエッセンスを学ぶ機会とする。



#### 内 容

○動機付けの支援技術の必要性

なぜ、動機づけの支援技術が必要なのか、社会的な背景 を理解するとともに、動機付けの支援技術には大きく二つ あることを伝えた。

- ①無関心の人の意欲を高める支援技術
- ②継続への意欲を高める支援技術
- ○無関心の人の意欲を高める支援技術の実技 姿勢チェック、○脚チェック、開眼片足立ちなど自分の体 の現状を簡単にチェックできる実技を体験。

それがどんな意味を持つのか、科学的な基礎知識とあわせて伝えた。

○継続への意欲を高める支援技術

「足筆書道」、「風船うちわラリー100」、「とっさの判断ゲーム」などの「スポレク・ワーク」や「サイコロシュート」などの「ソフトスポーツ」を体験し、楽しくて運動効果のある実技を体験し、理解してもらった。



#### 参加者の反応・声など

参加者には大変、熱心に受講してもらった。日頃、体を動

かしていない方々もいて、ハアハアと息の粗い方もいた。ただ、みなさん、笑顔で取組んでいただいた。「運動嫌い、苦手意識が先に立っている自分でも楽しくできた」という 60 代の女性や「自分が体を動かしていないことがわかりました」という 60 代男性、「運動の必要性をつくづく感じました。医療費削減、大事ですね」との 40 代男性など、セッションテーマのねらい通りの評価を頂いた。また、「実技を含めた講義で大変ためになった。スポレク養成講座を受け、広めていきたい」との 40 代女性のうれしい声もあった。さらに、「高齢者への支援となる期待が持てる講座でした」との 60 代男性の評価もあった。「サルコペニアだと栄養についてふれないとスポーツいくら頑張ってもねえ…」との 50 代の女性の指摘があった。健康にとっては栄養、休養、運動という3要素のバランスが不可欠でもっともな指摘だが、栄養指導を行う専門性は残念ながら、レクリエーション指導者は学んでおらず、一般論を語ることになるだろう。

### 健康寿命を延伸するために ~お年寄りの元気と楽しさを醸し出す「サロン活動」~

日 時 平成 29 年 9 月 17 日(土)10:00~10:50 開催形態 ワークショップ

会場 函館大学1F 181講義室

参加者数 38名

発表者 飯田 弘 氏(東京都レクリエーション・コーディネーター会会長/レク・コーディ ネーター/福祉レク・ワーカー)

#### ねらい

お年寄りが日常生活を元気に楽しく暮らし「健康寿命」を延ばし、幸せで豊かな生活を営み続けることが大切である。そこでこのセッションでは、お年寄りの居場所づくり、コミュニティの場として、私が実践している「サロン活動」を提示し、全国でサロン活動をなさっている方々と意見交換をしながら、これからの好ましい「サロン」について考える。



#### 内 容

サロン活動が楽しく、お年寄りに自信を持ってもらう場になるよう心掛けることが大切である。このためには高齢者が忘れてしまっている昔のことを思い出してもらうことが有効である。⇒新しいことを学ぶ脳トレ、難しい脳トレは高齢者向きでない 例)85歳以上のお年寄りには「むかし世界旅行」 葡萄牙(ポルトガル) 希臘(ギリシャ) 華盛頓(ワシントン) 聖林(ハリウッド) 等々。

お年寄りの年齢からその時代背景を学び、知っていることを思い出してもらうことの大切さ、70歳代だったら頭の柔軟性に挑戦「とんち世界旅行」 6個追加(モロッコ) 乗上(ノルウェー) 入浴指導者 (フロリダ)等々 カード歌合戦 ひらがな一文字を提示し、思いつく歌を唄い合う 知っている歌だか

らこそ大きな声で歌う ⇒ 有酸素運動 むかし遊びの 大切さ・手作りおもちゃ ⇒ 孫との交流の第一歩とな る「あ!そうだ」「あ!すごい」「楽しそう」と興味を持 ってもらうことの大切さ ⇒ 多くの人が参加するよう になる、サロンの継続性高齢者に「こうしなけれだめだ」 「何々してはいけない」「何々すべきだ」は禁句。

今までの生活とお年寄りの尊厳を尊重。お年寄りが元気に・楽しく・地域で生活していることは「大きな社会貢献」であるということを皆で認識できるような「サロン活動」を。



#### 参加者の反応・声など

何の準備もなくすぐに出来るレク財がたくさんで大変良かった。(埼玉 女性 70歳代)具体的な実践例の紹介が多数あり大変満足した。(岩手 男性 70歳代)「ハッ」とすることがいっぱい聞けた。簡単であるが今まで聞いたことのないことばっかりだったので、あっという間の時間であった。今やっていることにプラスして実施していこうと思う。(兵庫 女性 30歳代)テンポよくリズムに乗って私も十分楽しめました。サロンだけでなく、ディサービス等でも行ってみたいと思います。もっとゆっくり多くのことを教えていただきたいと思いました。(大分 女性 60歳代)人生⇒お年寄りを師と思い教えてもらうことがあり、それを楽しさに変えていくことが大切である。これからの仕事に取り入れたく思います。(岐阜 女性 50歳代)とっても楽しく役に立って実践できそうで良かったです。(岐阜 女性 50歳代)このほか楽しかった。役に立った。時間がもっとほしかった等々の感想多数。

### GWT財 4連発

#### ~10 分に1つ!グループワーク・トレーニング体験!~

日 時 平成 29 年 9 月 16 日(土) 11:00~11:50

開催形態

ワークショップ

会場

函館大学1F 182講義室

参加者数

37名

発表者

三好 良子 氏(日本GWT協会理事長 レク・コーディネーター)

犬飼己紀子 氏(長野県レクリエーション協会副会長 レク・コーディネーター)

二階堂洋子 氏(日本GWT協会 札幌ファシリテーション研究会)

畠山 桂 氏(長野県レクリエーション協会事務局 日本GWT協会)

#### ねらい

レクリエーション財をGWT財と融合させて「人間力+関係力=現場力を磨く」という体験学習の場を提供した。レクリエーションと違い「GWT は難しそうなワーク」という先入観を払拭するために、お互いの良さを活かしてアレンジした人間交流をラボラトリーメソッドにのせて提供し、マンネリになりがちなレク・メニューにGWTのエッセンスを加えると、ちょっとした支援レシピができる体験をしていただいた。



#### 内 容

「GWT 財4連発~10分に1つ!!グループワーク・トレーニング体験!」と題してワークを実施した。 方法は会場四隅をステージとして発表者が立ち、1人10分ずつのワークを実施。発表者が変わる度に参加者が時計回りに椅子の向きを変えるという「ステージアラウンド 360 度方式」の舞台転換。4人のアドバイザーが発表したそれぞれの実践は、犬飼「数字サインで挨拶」⇒畠山「30まで数えろ」⇒二階堂「あはは一おほほーわっはっはー」⇒三好「ホトトギス」。正味7分という各自の持ち時間で「グループ活動⇒ふりかえり⇒シェア」のサイクルをまわし、次のステージにリレーしていくスピーディーな展開に、

参加者はその都度起こる互いの気づきを共有し合いながら、仰天かつ深くて濃い内容に、会場のテンションは最高潮となった。アップテンポで進む 4 つの異なる財を体験しながら、日常に展開しているレクリエーション活用に向けた新たな発見を分かち合っていただいた。"時間がない・道具もない・予算もない"という無いない尽くしでも、知恵袋を膨らませて深い気づきと新しい学びそして新しい出会いの演出のヒントが得られたと思われる。



#### 参加者の反応・声など

アンケートでは「満足」というご意見を多くいただいた。「アラウンド方式が良かった。」「それぞれにふりかえりが出来た。」「いつも GWT を楽しみにしていて今回も満足。」「他の方の意見を聞いて皆さんアイデアが豊富、笑顔になりました。」「ふりかえりがいつも難しいのですが自然と自分の言葉が出ました。」「短時間に凝縮された GWT を堪能できて、レクリエーションに新たな GWT の楔を打つことができました。」



### 4年間の取り組み 「スポーツ大好きふくいっ子育成事業」

日 時 平成 29 年 9 月 17 日(日)10:00~10:40 開催形態 実践事例発表

会場 函館大学2F 254講義室

参加者数 14名

発表者 辻岡世紀子 氏(福井県レクリエーション協会 事務局長/レク・コーディネーター)

#### ねらい

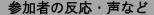
福井県内小学校が 200 校に『体を動かす楽しさ体験 』というねらいで出前講座の依頼が来た。依頼元は福井県スポーツ保健課である。「1 県民 1 スポーツ」という目標の一環として「スポーツ大好きふくいっ子育成事業」を開始、4年間の間に各小学校に1回出向くもの。内容は、『伝承遊び、・伝承遊び+ニュースポーツ・ニュースポーツ・コミュニケーションを深めるゲーム・イニシアティブゲーム・フライングディスクを用いた



ゲーム・キンボール』の 7 項目。指導者は、福井大学教授、福井県レクリエーション協会のメンバー。 この事業を通して学んだプログラムづくりとレク支援方法を惜しみなく皆さんに伝えたい。

#### 内 容

- ●自己紹介
- ●フォーラム資料について(合同授業と学年授業・視察・ 取材・オープンスクールについて)
- ●パワーポイント (新聞記事紹介・依頼成立過程・依頼項目・体験感想・基本プログラム・スタッフの指導変化)
- ●当日配布資料から
  - ・伝承遊びプログラムについて
  - ・コミュニケーションを深めるゲーム(人間知恵の輪)のハードル設定と実際について
  - ・イニシアティブゲーム(リング・ゴム利用の遊び展開・子どもの様子)について
- ●質問タイム(人間知恵の輪の方法について・イモムシゴロゴロの歩き方と進め方について・ゴムひもについて)



4年間の取り組みについてまとめたパワーポイントとフォーラム資料と当日配布資料について話をした。 当日資料掲載のレク活動の一部を紹介してあっという間に40分間が終了した。終了後に質問が来て、参加者と共に人間知恵の輪とイモムシゴロゴロを行った。実際に行った内容だからか、参加者はとても熱心に興味を持って体験し、聞いてくれた。

<参加者の感想から>

実践の遊びの説明がもう少し欲しかった。子どもたちの様子ももっと詳しく聞きたかった。40分は短い。県教委とレク協会が一緒になって子どもの体力向上に意欲向上に頑張られたことに感動しました。遊びながら体験できると楽しさがわかり、より楽しくなるということを学ばせていただきました。レクの力はすごいですね。講師の先生のバイタリティが伝わってきました。ありがとうございました。





### 「スポーツボランティアはレクリエーション」 2020 スポボラ GO

日 時 平成 29 年 9 月 16 日 (土) 14:00~14:40 開催形態 実践事例発表

会場 函館大学1F 182講義室

参加者数 16名

発表者 澤内 隆 氏(NPO 法人日本スポーツボランティアネットワーク/レク・コーディネーター)

#### ねらい

札幌冬季アジア大会を支えたのは 4,600 名のスポーツボランティアである。それを養成したのは NPO 法

人日本スポーツボランティアネットワーク。スポーツボランティア 講習会をダイジェスト版として実践発表し、関心をもっていただく ことを目的とする。2019 年からスタートする 3 大メガスポーツイベ ントに向け、健康寿命を楽しく伸ばすためのスポ・レクイベントを コーディネートできるきっかけとする。



#### 内 容

スポーツボランティアとは、「スポーツという文化の発展のために金銭的報酬を期待することなく、自ら進んでスポーツ活動を支える人(活動)である。」と記されている。「スポーツは筋書きのないストーリー」であり、展開や結末が決まっていないからこそ、観客は声援を送る。スポーツボランティアたちは、活動中その場面を直接見られないことが多いが、それでも、同じ瞬間に、同じ場所で同じ空気を共有できる。

その意味で、スポーツボランティアたちも、スポーツという、感動の瞬間をささえた一員である。スポーツをする人、みる人らをささえ、スポーツにおける大切な役割を全うできたことこそ醍醐味となる。さ



らに、この喜びは他のボランティアと分かち合うことで倍増し、 自身のかけがえのない記憶となる。どんな分野においても、同 じ志を持ったものが集い、仲間になることは素晴らしいことで ある。特にスポーツボランティア活動体験者からは、活動に参 加することですばらしい経験を得られたとの感想が多く聞か れる。より多くの人々がスポーツボランティアに参加する機会 を得て、充実したボランティア活動を通じて仲間を増やし、ボ ランティア活動を楽しむことはレクリエーション活動と言う ことができる。

#### 参加者の反応・声など

ボランティアとスポーツ・レクリエーション楽しく学べました。(男性 60 代) ボランティアの数の多さに驚きました(女性 70 代)。ボランティアなかなかできませんが、少しずつ始めています(女性 70 代)。短時間でしたが、要点をまとめており、わかり易かったです(女性 40 代)。ボランティア=レクリエーションを実践していきたいです(男性 70 代)。スポー



ツボランティアについて、要点を楽しく簡単に学ぶことができる内容でよかった(男性 30 代)。レクリエーションの重要性を新たにした(男性 60 代)。スポーツボランティアぜひ広めたいです(女性 60 代)。

### 笑って歌って楽しい介護予防レク講座

日 時 平成 29 年 9 月 17 日(日)11:00~11:50 開催形態 ワークショップ

会 場 函館大学2F 視聴覚室

参加者数 47名

発表者 山森 澄子 氏(彩の国福祉レクリエーションネットワーク/レク・コーディ ネーター/福祉レク・ワーカー)

#### ねらい

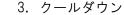
サロンの現場を想定したレクリエーションプログラムで、主に椅子に座りながら、特別な道具等を用いなくてもできて、即使えるような内容。単なるレク財の提供だけでなく、その支援対象者の特徴や状況に配慮し、笑顔の作り方や言葉がけ、スキンシップの仕方等、実践を交えながら寄り添ったホスピタリティあふれる場の提供の仕方をポイントとしている。



#### 内 容

サロンの現場を想定したレクリエーションの進め方

- 1. ホスピタリティあるアイスブレーキング
  - ・受付での笑顔の対応から始まっている
  - ・ノンバーバルコミュニケーション(笑顔、態度、スキン シップなど)や、言葉かけの実演
- 2. 実技「かえるの合唱」の展開方法
  - ・子どもたちとの交流も踏まえ誰もがすぐ口ずさめる歌を 指先から全身運動、コミュニケーションまで運動効果を意識した展開
  - ・その他、「新東京五輪音頭」・懐メロ・手遊びうた等に身近な小物を加えた場の楽しさの演出方法の実践



- ・楽しく歌ってエコノミークラス症候群解消、転倒予防を目的と した運動
- 4. お持ち帰りレクの復習
- 5. 笑顔の重要性の再確認
  - ・受け入れや支援中ばかりではなく、帰りの送り出しの際の笑顔 が次回への参加意欲にも繋がるのでとても大切
- 6. 質疑応答
  - ・ただ楽しい歌だけでなく、歌の成り立ちを調べてまめ知識をクイズにして楽しむことは良かった など



#### 参加者の反応・声など

明日からつかえる楽しい講座でした。身近な所で小物を探しながら利用者さんといい時間、健康的でイキイキとした時間を持てたらと思います。一つの歌でテンポよく多くのバージョンで示していただきつい引き込まれてしまいました。つい財にこだわりがちになるけれど、一つで色々な展開が出来ることを学びました。カエルの唄だけで色々アレンジができると思いました。何も持たなくても手だけで色々動きがあるんだと思った。また改めて小道具を手に入れたいと思いました。笑顔が大切で、50分が楽しくすぐに終わってしまいました。帰って施設で自分の物として使っていきたいと思いました。一つのレク財で沢山のアレンジ法が分かり大変参考になりました。話術の楽しさ、トークもレクの一つと再確認させて頂きました。今まで(人生)のセッションで一番勉強になりました。介護予防教室で導入できることが多くありました。



# もっと気軽に、気楽にアイスブレーキングしませんか? ~ タコさんと楽しいひとときを!~

日 時 平成 29 年 9 月 16 日(土)10:00~10:50 開催形態 ワークショップ

会 場 函館大学1F 181講義室

参加者数 40名

発表者 瀧 康秀 氏(静岡県レクリエーション協会副理事長/レク・コーディネーター)

#### ねらい

レクリエーション指導者(特に初心者)にとって「アイスブレーキング」というジャンルが、高い壁のようになっているのは事実である。 そんな「アイスブレーキング」を、もっと気軽に、気楽にやってほしいという願いで計画した。

心をほぐすには、まず体ほぐしからがねらいである。



#### 内 容

- ・アイスブレーキングの入口として、まずは名札の工夫をということで参加者の名札を手書きで用意した
- ・都道府県名、名前(フリガナ)俗称も記入してもらおうと思ったが時間が無いのでやめた
- ・自己紹介は、名前占いから入って、まずは自分をさらけ出すことからはじめた
- ・実際のアイスブレーキングのはじめは、手をこすり合わせてマッサージ、温かくなったところで自分の頬 に当てて温かさを実感。次はとなりの人の背中、肩、ひざにタッチして温かさを実感してもらった



- ・ひざすりトントンやリズムひざたたきで周りの人との スキンシップを図った
- ・次は、グーとパーでもっと温かくなってもらった
- ・このとき、声も出してもらい(同時動作、同時発声) だんだんと一体感が出てきた
- ・次は下半身でかかと上げ、つま先上げを同時に行った り交互に行ったりしてもらった
- ・最後はアイスブレーキングを恐れずにどんどんやって ほしいと伝えて終了した

#### 参加者の反応・声など

アイスブレーキングに対する理論が浅い。全国レベルで発表するレベルにない。気軽に、気楽にできる内容ではない。身体ほぐしは心ほぐしですね。基本的なことを思い出させてくれた。先生の笑顔がすでにアイスブレーキング。講師の話術に引き込まれた。笑顔、スキンシップ楽しかった。生活の中で自然に使える内容だった・短い時間だからこそ良かったのだと思った。もっと長い時



間やってほしかった・アイスブレーキングの基本の大事さと話術の大切さを学んだ。ゲームをするだけがアイスブレーキングではない、同感です。話をすることもアイスブレーキングの一つ。少ない動作で大きな喜び。すごい。私自身心がかたい、自分のためにアイスブレーキングを練習します。明るいセッションで笑顔があってよかった。短い時間の中でみんなを笑顔にするすばらしいと思いました。心があたたかくなりました。身体を使ったアイスブレーキングの方法を学べてよかった。

### 楽しめる滑舌

日 時 平成 29 年 9 月 16 日(土)16:00~16:40 開催形態 実践事例発表

会場 函館大学1F 182講義室

参加者数 27名

発表者 二見 勝 氏 (藤沢市レクリエーション協会/レク・インストラクター /ラフターヨガ リーダー )

#### ねらい

高齢になると声を出す機会も少なくなる傾向があります。滑舌の必要性は言うまでもありませんが、何よりも先ず参加してみよう、声を出してみようという気になることが大切です。興味をそそる題材を用意し、声を出しやすい環境をつくる。程よい刺激と達成感が味わえる。そんな居心地の



良い場づくりを目指した取り組みです。年度毎のコンセプトや実践結果を実演も交えて紹介しました。

#### 内 容

60歳以上を対象とした湘南ハイパワー塾での滑舌講座も6年以上が経過。プログラムの魅力をどう作り出そうとしたか。全体的な考え方及び年度毎のコンセプトと実践事例を紹介。

基本的考え方:①楽しい場である②興味をひく題材③仲間意識が持てる④発声の機会を多くする スローガン:○声を出したら⇒みんなが元気 ○気分を出したら⇒心晴ればれ ○喉動かしたら⇒食事も美味い

- ・1年目 『口上物』馴染みの口上の語呂の良さと懐かしい時代背景(「白波五人男」、昔話「花咲じじい」 の口上物アレンジを紹介)
- ・2年目 『俗謡探訪』回想法的手法、江戸末期から昭和に至る流行り唄の解説や時代背景を話題にしな がら唄う (かんかんのうと梅が枝節の関係、東京節等を紹介)
- ・3年目 『大人の学芸会』昔話を大人向きにアレンジ、チームに劇団名をつけて学芸会気分で遊ぶ。練習時の発声を多くする。(「兎と亀」をスタッフがお面をつけて実演)
- ・4年目 『歌舞伎口上』 歌舞伎の名場面を役者気分で気張ってみる (「外郎売り」冒頭部分等)
- ・5年目 『演歌で行こう』演歌の歌詞を歌わずに、台詞として演じてみる
- ・6年目 『口上昔話』昔話を口上物として七五調にアレンジ、手拍子を交えて発声 (舌切り雀を実演)
- \*滑舌の前に先ず声を出す活舌。 声は健康のバロメーター。 「健康声活」を目指そう!

#### 参加者の反応・声など

事例発表として6年間の実践例の紹介を中心としたが、 アンケートからは自分たちで実際に滑舌を楽しんでみた いという強い思いが感じられた。事例を絞って実演を主 体とする方法もあった。

大人の学芸会が楽しかった、実演を見てイメージできた。発想が素晴らしい、シナリオの作り方が刺激になった。 創意工夫によってプログラムを実践していることが



わかった。昔の知らない唄に興味が湧いたので調べてみたい。一緒に笑えて良かった、脳梗塞のリハビリにも良いと感じた。老人クラブの事業にも取り入れたい。口上の資料が貰いたかった。試行錯誤の経緯が伝わったが、もっと時間が欲しかった。滑舌と健康の関係、実践結果の成果の説明がもっと欲しかった。全員で声を合わせて一緒にやるのも良い。

## Let's Singing and Dancing!!

~誰もが使って楽しめるミュージックダンスの開発と実際~

日 時 平成 29 年 9 月 16 日 (土) 15:00~15:50

開催形態

ワークショップ

会場

函館大学1F 181講義室

参加者数

39名

発 表 <u>者</u>

浦江千幸 氏(BTRD チーフプロデューサー/日本ダンスセラピー協会理事/ミュージックセラピスト協会講師役員/レクリエーションインストラクター 上智社会福祉専門学校/国際音楽療法専門学院非常勤講師)

#### ねらい

どなたでも指導でき参加者の方が容易に楽しめる。そして歌いながら踊ることそしてリズムにあわせるという三つの要素を同時に行うことができるミュージックダンスを通して介護予防に役立ち楽しさを共有する空間をつくっていく。参加者が持ち帰る財の提供。指導法、創作法を学んでいただく。



#### 内 容

最初に 40 年間のあゆみの紹介。車椅子レクダンスを 1981 年に座位の、ダンスを 1986 年から開発。福祉レクダンスの名をつけて全国展開などを説明。参加者の歌踊りの経験を聞いたあと、ミュージックダンスの実践。皆さんよく歌えそうなので、CD を使わず生歌で行う。「赤とんぼ」「汽車」「富士の山」「どんぐりころころ」の4曲。すべて一番を繰り返しながら。振りは解説書を配ってあとでわかるように読み方な



どを説明した。使用した曲の歌詞もすべて著作権がなくなっているものを使用したので配布。2回くらい繰り返した。そのあとは最近の座位のダンスを踊った。「高校三年生」「愛して愛して愛しちゃったのよ」そして北海道にちなんだ「この道」を。これらは CD を使って行った。それから高齢者施設などでミユージックダンスを作っていただく意義、やり方、展開の説明をした後、実際に何人かに出ていただき作っていただき全員で踊った「海」を使用。少し感想を聞いたあと、最初の四つの踊りの復習。そして総括で終了。

#### 参加者の反応・声など

歌の好きな方が多く集まられたので生歌で伴奏なしに行い、キーを合わせて打ちこんできた音は使用

しなかった。皆さん大きな声で歌っていただきとても楽しい雰囲気だった。ほぼ全員の方が満足されたという感想をいただいた。50分のうちに手際よく進めて参加者の方に喜んでいただき、持ち帰っていただくかに苦心したが、なじみの歌で振りも優しいので、選曲の内容なども満足されたようである。内容上童謡唱歌が多くなったので、座位のダンスでは歌謡曲もいれたが、特に「愛して愛しちゃったのよ」は好評で持ちかえられたと思う。多くの方が会場に早く来られたので、最初にやった歌遊びがとてもうけて終了後まで問い合わせが。一人もっ



と歌謡曲をという方がいた。今回は歌いながら踊るという趣旨。みなさんが一体になって大きな声を出 して歌いながら踊るという体験をされたことに意義があったと思われる。

### 昨年は、ありがとうございましたの岐阜発信!! 「手ぬぐい太郎」がやってきた!!

日 時 平成 29 年 9 月 16 日(土)13:00~13:50 開催形態 ワークショップ

会場 函館大学1F 181講義室

参加者数 21名

 発表者
 日比 千穂 氏(だれでもあしあと 事務局長/岐阜県レクリエーション協会 副会長/レク・インストラクター/レク・コーディネーター/福祉レク・ワーカー)寺境 浩 氏 田中 定子 氏 田中 順子 氏 吉田 みどり 氏

高橋 弘美 氏 丹羽 美保子 氏 安田 裕美子 氏

#### ねらい

日本の伝統文化技法で制作・色付けされ、古くは、生活用品であった「手ぬぐい」。様々なテーマで色とりどりの「手ぬぐい」は、目でも楽しめ、軽くて柔らかコンパクト。話題豊富で扱いやすい「手ぬぐい」を使って、ゲームや運動で「手ぬぐい太郎」と楽しみ、皆さんの心と身体を和ませ、元気につながることをねらった。また、昔の生活用品「手ぬぐい」からレク財「手ぬぐい」へと変えた「手ぬぐい太郎」が各地に広まることを期待する。



#### 内 容

はじめに、参加者の皆さんと手ぬぐいを持って岐阜県郡上市徹夜踊り代表曲の民謡「春駒」で郡上踊りをし、一体感を感じてもらった。その後、「手ぬぐい太郎」とは、『手ぬぐいが大好きで、手ぬぐいの使い方を極めている人』ということを伝え、本時終了後は、参加者の皆さんが全国の手ぬぐい太郎になって欲しいことを伝えた。次に、「手ぬぐいをつかってのアクティビティー」紹介を行った。

【円】手ぬぐい自慢(目で楽しみ、話で楽しみ)【二人組】親子になって、「ふわふわキャッチ」、「いないいないばあ~」、「しっぽとり対決」【全体】「手ぬぐいジャンケン列車」、輪送り「かみなりゴロゴロ」、【6人×5チーム】「人間知恵の輪(命令編)」、【全体】「いうこと一緒やること一緒」を行った。

既存のゲームに手ぬぐいを使うことで、良い距離感やゆとりができる。また、対象者に合わせたアレンジや言葉かけ・リズム感が大切であることを伝えた。

最後は、手ぬぐいを使ったストレッチ体操と、「いい湯だな」の手ぬぐいを使ってのレクダンスで会場がひとつとなり、「手ぬぐい太郎」を全国へ広げる思いも一体となり終了となった。

#### 参加者の反応・声など

大満足 15、満足 6、やや不満 0、不満 0

手ぬぐいが見直されている今にピッタリのセッションでした。今後のレクで広めて、使っていきたいと思います。日本文化「手ぬぐい」を大切にしていきたいと思いました。【長野県 50 歳代女性】「手ぬぐい太郎」広めます。使います。いろ



いろなところで、いろいろな形でやってみます。【静岡県 60 歳代男性】すぐ使えます。ありがとうございました。レクをやってる人は頭が柔らかく、指導者ののりもいい。自分が楽しんで、人にも楽しさを伝えて下さった。【神奈川県 70 歳代女性】

「手ぬぐい」を使ってのクラフト的なことを期待されていた方があったが、この展開にも「満足」とアンケートでお答えをいただいた。ほとんどの参加者から、満足のいくアンケートの反応であったことから全国のサロンやレク協会に「手ぬぐい太郎」が広がりそうな手ごたえを感じた。

### 散歩学ワークショップ

~楽しく歩くためのプログラム開発法~

日 時 平成 29 年 9 月 16 日(土)15:15~16:40 開催形態 ワークショップ

会場 函館大学1F 182講義室

参加者数 12名

講師山田眞志人氏(日本余暇会事務局長)

基調講演 薗田 碩哉 氏(日本余暇会会長/日本さんぽか協会理事) 事例紹介 山崎 勇三 氏(日本余暇会理事長/健康デザイン研究所主宰)

事例紹介 石垣 和子 氏(なごみ計画・シニア頭脳バンク/余暇開発士)

#### ねらい

歩くことによって見えてくるものが多くある。人との出会い、草花や小動物、四季の変化、建物の細部や道端の石碑など。かつて道は、人と人を繋ぐコミュニティだった。それが車社会になって失われそうになっている。カラダとココロを再生するプログラム、それは「散歩」であり「散歩学」は究極の「余暇学」である。



#### 内 容

日本さんぽ協会理事でもある薗田碩哉氏による「散歩学」の概説を踏まえて、山崎勇三氏が散歩実体験から得られる多くのメリットをパワーポイントで紹介した。ついで石垣和子氏が、東京都日野市で土方歳三歴史ウォークラリー事業等を通じてまちおこしにつなげた事例を報告した。後半は函館市内の地図を活用した「あなたなら、何処を散歩する函館の街」ワークショップを実施した。3グループに分かれ、それぞれテーマを決めて散歩コースを作って発表。これまでの観光体験から得た予備知識やマップ・観光ガイドなどを活用してユニークな散歩案内が生み出された。函館出身・在住者は一人もいなかったが、逆にそれが面白い発想につながったようである。





#### 参加者の反応・声など

歩く事で見えてくるものが多くあることを今回のセッション「散歩学」で学んだ。それぞれの地域に帰って活動の技法として活用していきたい。今回のプログラムを参考に函館市内を歩いてみたい。わが町のまちおこしに活用したい。

#### 日本余暇会企画

体験

### 大地の恵み 北のキッチン ~からだにやさしいレシピ&体(舌)感~

日 時 平成 29 年 9 月 16 日 (土) 10:00~16:00 開催形態 体験コーナー

会 場 函館大学2F 学生ホール

参加者数 150名

講師の配置の頭短期大学(課程認定校)の食物栄養学科の学生さん

認定校主任教員 准教授 鈴木英悟 氏

他 協力教職員

#### ねらい

レクリエーションの授業で身に付けた「ホスピタリティ精神」をモットーに、北海道の食材を利用した 『身体に優しいレシピ』をパネル展示にて発表し、北海道大会のお土産に提供すると共に、「味覚体験」の 場も用意して、『食の不思議』を体感していただく。

#### 内 容

課程認定校主任教員の鈴木英悟先生はじめ、学生さんと教職員の先生方 11 名が、ホスピタリティでいっぱいの『笑顔』でお迎えし、レシピの説明、持ち帰り用を配布。大型パネルでの展示発表は、効果的に視覚に訴えられていた。

また、味覚体験については、興味のそそる食材であることもあり、体験意欲を注いだ。

- 1.「パネル展示」・・・学生さんが考案した、北海道の食材を利用した「体に優しいレシピ」を大型パネルにて展示発表。
  - ①乳和食・・・ミルクで、減塩、旨味・コクをアップしたレシピで、「高血圧予防」「健康寿命の延伸」 など、栄養士を目指す学生さんならではの視点で『食』を通して伝えた。
  - ②函館フライ・・・道産食材の昆布、イカ、ジャガイモを使用したレシピを、お土産として参加者が持ち帰った。
- 2. 「実験体験」・・・「舌の味覚細胞」「誤嚥予防」をキーポイントに、実際に飲食して、『食の不思議体験』を自分の舌で、体感した。
  - ①ギムネマ茶を使用した味覚実験・・・味覚の変化の不思議 さを体感
  - ②とろみ材を利用した誤嚥予防・・・とろみ材による、食感、喉ごしの変化を体感





北海道企画

### ねらえNO. 1

平成 29 年 9 月 16 日 (土) 10:00~15:00

開催形態

体験コーナー

9月17日(日)10:00~12:00

函館大学2F 学生ラウンジ

参加者数

215名

#### ねらい

研究フォーラム会場での二日間、ペットボトルやボトルキャ ップ等、リサイクルが可能な材料を使ってできる記録に挑戦す るゲームを実施。記録のランキングを発表する事によって参加 意欲を高めてもらい、楽しみながら全国の仲間との交流を深め てもらうことを目的に実施した。



#### 内

課程認定校主任教員の鈴木英悟先生はじめ、学生さんと教職員の先生方 11 名が、ホスピタリティでいっ ぱいの『笑顔』でお迎えし、レシピの説明、持ち帰り用を配布。大型パネルでの展示発表は、効果的に視覚 に訴えられていた。

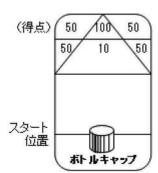
また、味覚体験については、興味のそそる食材であることもあり、体験意欲を注いだ。

- ●ゲーム1:キャップ・ビルディング
  - ・ペットボトルキャップを積み、何個積み重ねられるか挑戦します。
  - ・キャップの数には制限がなく、崩れたらその時点で終了となります。





- ●ゲーム 2:ペット・アーチェリー
  - ・決められた高さからペットボトルの口を目指して割り箸を1本ずつ落とし、何本入るか挑戦し ます。
  - 1人につき割り箸5本を持ち、5回挑戦できます。
- ●ゲーム3:キャップ・カーリング
  - ・テーブル上でペットボトルキャップをスライドさせ、止まった 位置の得点を合計して高得点を狙います。
  - ・1人につき5回挑戦できます。



#### 参加者の反応・声など



参加者は日本各地のほか韓国の方も挑戦してくださり、ペット・アー チェリーの記録は4位でした。参加された方たちは全ての種目にエント リーされた方がほとんどであり、仲間同士での声援やアドバイス交換な ど楽しく和やかな雰囲気の中、会場には終始歓声が響いておりました。

#### 北海道企画

## 種目別全国交流大会/特別協賛行事(INDEX)

インディアカ/スポーツチャンバラ	54
ティーボール/日本民踊	55
パドルテニス/フォークダンス	56
ペタンク/ユニカール	57
レクリエーションダンス	58
クッブ/車椅子レクダンス	59
ディスコン/タッチラグビー	60



## インディアカ

全国から参加したチームと交流試合をし、親交を深める。

日 時 平成29年9月17日(日)

会 場 北斗市総合体育館

参加者数 184名

主 管 北海道インディアカ協会

#### 実施内容

①スーパーシニア男女混合 ②シニア男女混合

③シニア女子

④一般男女混合

8:00 受付

8:45 主将会議 9:15 開会式

9:45 競技開始 16:40 閉会式

#### 参加資格

協会会員、レク協会加盟、または協会が認めたチーム



## スポーツチャンバラ

(公社) 日本スポーツチャンバラ協会公式規定による試合

◆試合:1分1本勝負 ◆決勝戦:3分2本先取

日 時 平成29年9月17日(日)

会 場 サン・リフレ函館

参加者数 323名

#### 実施内容

- ①有資格者の部:基本動作の他、打突は部内部外競技から1種目を選択し、エントリー制。
  - ◆基本動作 獲物自由 ◆部内競技 小太刀・長剣フリー・二刀の中から 1 種目選択
  - ◆部外競技 長剣両手・楯小太刀・楯長剣・棒・杖・長巻・単槍・長槍・短刀から1種目選択
  - ◆グランドチャンピオン戦 基本動作・部内と部外各競技の優勝者トーナメント戦
- ②初心者の部 基本動作・小太刀(打突)・長剣フリー(打突)を実施

#### 参加資格

どなたでも参加できます。

#### 体験コーナー

【初心者の部】人数により、年齢別のカテゴリを新設。 基本動作・小太刀(打突)・長剣フリー(打突)、 トーナメント戦を実施



## ティーボール

夢・希望・ひろげよう笑顔 みんなで笑顔で楽しくプレーをしましょう。

平成29年9月16日(土) 日 時

会 場 函館市西桔梗野球場

参加者数 73名

主 オーシャンドリームティーボール大会実行委員会/NPO 法人 日本ティーボール協会

#### 実施内容

全チーム総当たり3イニング、30分を目安に実施

8:30 受付 9:00 開会式

9:30 予選リーグ試合開始

13:00 決勝トーナメント試合開始 15:30 閉会式

#### 参加資格

障がい者・健常者(幼稚園児から高齢者) 健常者は5才~12才(男女混成チーム可) 特別支援学校児童·生徒



#### 体験コーナー

幼稚園児が体験教室に来て、バッティングを一緒に行いました。

## 日本民踊

全国から日本民踊愛好者を 1 都 18 県、北海道を含め 463 名の参加者を得て開催された。

平成29年9月17日(日) 日 時

会 場 函館アリーナ (サブアリーナ)

463名 参加者数

主 日本フォークダンス連盟道央支部

#### 実施内容

- 10:00 開会式 (フォークダンス、日本民踊合同開催)
- 10:30 交流大会午前の部開始
- 11:20 次期開催高知県タイム
- 12:00 昼食・デモンストレーション
- 13:00 交流大会午后の部開始
- 15:00 閉会式

#### 参加資格

どなたでも参加できます。



## パドルテニス

函館アリーナに全 15 面 (メインアリーナ 11 面、サブアリーナ 4 面) のパドルテニスコートを設営し、午前中にシニアクラス種目 (4 種目) を、午後より一般クラス種目 (8 種目) 及び体験コーナーを開催した。

日 時 平成29年9月16日(土)

会場の館アリーナ(メインアリーナ&サブアリーナ)

参加者数 216名

主 管 日本パドルテニス協会/全国パドルテニス大会 2017 実行委員会

#### 実施内容

一般男子ダブルスー上級(6組)・中級(4組)・初級(3組)

一般女子ダブルスー上級(8組)・中級(3組)・初級(5組)

シニア男子ダブルスー上級(12組)・中初級(10組)

シニア女子ダブルスー上級(5組)・中初級(23組)

ミックスダブルス一般(9組)・110歳(10組)、130歳(10組)

各種目とブロックリーグ戦の後、決勝リーグか順位決定戦。

参加少数種目は総当たりリーグ戦



#### 参加資格

都道府県協会・承認団体へ登録している中学生以上/日本協会が参加を認めたもの ふれあい交流、体験コーナーへは、非登録者参加可

#### 成 績 ※各種目優勝者

- ●一般男子ダブルスー上級【奥村・青柳(東京)】、中級【栗原・菅(東京)】、初級【池田(宮城)・芦沢(静岡)】
- ●一般女子ダブルスー上級【稲垣・篠原(東京)】、中級【江口・保科(東京)】、初級【井上・伊田(山口)】
- ●シニア男子ダブルスー上級【鈴木・佐々木(千葉)】、中初級【渡辺・新里(千葉)】
- ●シニア女子ダブルスー上級【茂呂・大江(東京)】、中初級【大槻・立川(千葉)】
- ●ミックスダブルスー一般【戸井・戸井(滋賀)】・110 歳以上【善谷・児玉(東京)】、130 歳以上【井出・塩谷(香川)】

## フォークダンス

全国の愛好者と手を取り合い、19 カ国の 50 曲の踊りを楽しむ。次回開催地、高知県の鳴子踊りの紹介も行った。

日 時 平成 29 年 9 月 17 日 (日)

会 場 函館アリーナ(メインアリーナ)

参加者数 371名

主 管 日本フォークダンス連盟道央支部

#### 実施内容

全国の愛好者と交歓パーティ、フォークダンスの講習、デモンストレーションの発表、次回開催県の講習、開閉会式。

9:30 開会 12:00 昼食・デモンストレーション 15:00 閉会

#### 参加資格

ダンスの好きな方どなたでも参加できます。

### ペタンク

参加者 116 名、37 チームの参加により、森町にて実施。

日 時 平成 29 年 9 月 16 日 (土)

会 場 森町青葉ヶ丘公園グラウンド 特設コート

参加者数 116名

主 管 北海道ペタンク・ブール連盟、ペタンク交流大会実行委員会

#### 実施内容

#### 参加資格

小学校 4 年生以上全ての方

#### 体験コーナー

経験のない方に競技について説明を行った。

#### 成 績

優勝:十勝ワインズ A/準優勝:マルセイユ庄川

3位:安平Y·N



## ユニカール

日本ユニカール協会公式ルール及び大会申し合わせ事項に準じて実施。 予選は各ブロック4チームによる総当たりリーグ戦とし、上位2チームが決勝トーナメントに出場。 決勝はトーナメント戦で実施した。

日 時 平成29年9月17日(日)

会 場 七飯町大中山コモン

参加者数 191名

**主 賞 日本ユニカール協会及び北海道ユニカール協会** 

#### 日 桯

20ブロックに分かれてリーグ戦を行い、各ブロック1、2位が決勝トーナメントに出場する。 決勝トーナメントの結果、上位4位までのチームを表彰する。

8:30 受付 9:00 開会式

9:30 予選リーグ試合開始

13:00 決勝トーナメント試合開始 15:30 閉会式

#### 参加資格

小学校 4 年生以上全ての方

#### 成 績

優勝:田代B(秋田県)/2位:田代C(秋田県)/ 3位:浪カール(青森県)/4位:ばさら(青森県)



## レクリエーションダンス

講師による講習会(講師:天野勤氏)、デモンストレーション発表タイム(8 団体発表)、(公社)日本フォークダンス連盟による講習会、全国レクリエーションダンス大会を開催。

日 時 平成 29 年 9 月 16 日 (土)

会 場 サン・リフレ函館

参加者数 647名

主 管 日本フォークダンス連盟道央支部 北海道レクリエーションダンス研究会

#### 実施内容

午前中は天野勤先生による北海道にちなんだレクダンスの講習を実施。

昼食をはさみ、韓国の余暇文化指導者連合会の皆さんをはじめとする 8 団体のデモンストレーションが 発表されました。

午後からは、日本フォークダンス連盟今泉レクダンス委員長をはじめとする 5 名の講師による、講習が行われました。

次期開催地からは、開催挨拶と「よさこい」の披露もあり、参加者にも踊って頂きました。

9:00~ 受付開始 9:30~ みんなで踊ろう 10:00~ 開会式

10:20~ 天野勤先生による楽しいレクダンスの講習タイム

12:00~ 昼食

12:30~ デモンストレーションタイム

13:30~ 日連タイム「全国レクリエーションダンス大会」

15:30~ 次期開催地タイム(高知県)

15:50~ クローズタイム ・閉会式

#### 参加資格

参加希望者はどなたでも



### クッブ

天候を鑑み、スケジュールを短縮して、午後1時に無事終了致しました。

日 時 平成29年9月17日(日)

会 場 北斗市総合運動公園多目的広場

参加者数 28名

主 管 日本クッブ協会、北海道クッブ協会

#### 実施内容

参加5チームによる総当たりリーグ戦

9:30 受付 10:00 開会式

12:30 競技終了·閉会式

10:20 競技開始 13:00 大会終了

※風が強く、曇天で肌寒い気候であったため、参加者の了解を とって1試合の時間を短縮し、前倒しで実施した。



## 車椅子レクダンス

約600名が全国及び恵庭市内から参加し、楽しい時間を過ごしました。

日 時 平成29年9月16日(土)

会 場 恵庭市総合体育館

参加者数 624名

主 管 認定 NPO 法人日本車椅子レクダンス協会(福祉レク専門種目団体)

#### 実施内容

全国及び韓国から車椅子の方や高齢者の方をお招きし、恵庭市内からも大勢の方々にご参加いただき、大会を開催することができました。プログラムのすべてを自由参加(体験コーナー扱い)とし、恵庭市民の方々、苫小牧市の高校生、近くの福祉施設の利用者の方々、約 100 名に参加していただき、車椅子レクダンスを体験してもらいました。

特色は身体の不自由な人が車椅子を利用して踊りの輪に参加することで、日ごろはダンスをすることができない人達が、一緒に手をつないで楽しい時間を過ごすことができました。韓国からも 10 名の人(内、5 名が車椅子利用)が参加しました。

- 12:30 オープニングセレモニー
- 13:00 準備運動、社交ダンス、演奏等
- 14:00 レクダンス等
- 15:00 支部紹介、表彰、抽選会等
- 15:30 レクダンス、民謡等
- 15:50 閉会セレモニー
- 16:00 終了

#### 参加資格

特になし



## ディスコン

ディスコンは競技の他、交流や仲間づくりに最適なスポーツ。愛好者が集い適度な運動量で、笑顔と健康あふれる歓びを感じながら交流を行った。

日 時 平成 29 年 9 月 16 日 (土)

会 場 函館市民会館( 小ホール)

参加者数 120名

主 管 北海道ディスコン協会

#### 実施内容

1 チーム 3 人で、午前にリーグ戦、午後にトーナメント戦を実施。

9:30 受付・ミニ講習 10:00 開会式

11:00 競技開始 15:00 表彰式·閉会式

16:30 交流会(観光巡り)



#### 参加資格

小学生 4 年生以上全ての方

#### 成 績

優勝:岡山チーム/準優勝:徳島チーム/3位:福岡チーム/4位:大阪チーム

## タッチラグビー

風が強く、予定していた参加者を見込めなかった。

日 時 平成 29 年 9 月 17 日 (日)

会場 函館フットボールパーク

参加者数 25名

主 管 一般社団法人ジャパンタッチ協会

#### 実施内容

8:30 受付

9:00 開会

15:00 閉会

台風の影響で風が強く、肌寒い中、パス回し、 ミニゲームなどを楽しんだ。



## ウォークラリー大会

開港 166 年、世界とつながる函館、潮風・歴史・文化・異国情緒溢れるロマンの街で、コマ図を見ながら散策し、問題を解きながらウォークラリーを楽しんだ。

日 時 平成 29 年 9 月 16 日 (土)

会場集合:函館市企業局アクロス十字街(十字街電停前)

参加者数 126名

主 管 NPO 法人函館レクリエーション協会

#### 実施内容

日本の夜明けコース、異国ロマンコース、教会パノラマコースの3コースを設定した。 39チーム 参加人数126名(全国大会参加者94名、一般参加(市民)32名)

8:40 受付 9:00 開会式 9:30 スタート 12:00 閉会式

#### 参加資格

- ・全国レクリエーション大会の参加者
- ・市民は、2名以上4名以内でチームを編成し、 チーム単位で申し込む(参加費 100 円)



## フルーツウォーキング

好天に恵まれ、絶好のウォーキング日よりとなった。参加者たちは、太い幹に成長した赤松を眺めながら歩を進め、フルーツロードでは、プルーンやリンゴの果樹園に見入りながらゴールを目指していた。リンゴ狩りでは丸々と成長したリンゴを手にとり満面の笑みを浮かべていた。

■ 時 平成 29 年 9 月 16 日 (土)

会場 あかまつ公園

参加者数 48名

主 管 七飯町レクリエーション協会

#### 実施内容

七飯町あかまつ公園をスタートし、日本の道百選に指定された旧五号線沿いの赤松並木や町道沿いの「フルーツロード」を眺めながら3.5kmのウォーキングを楽しむ。ウォーキング後は、果樹園でリンゴ狩りを行う。

14:20 開会式

14:30 ウォーキングスタート

16:00 終了

#### 参加資格

制限なし(どなたでも)

## 体験広場

幼児から高齢者まで参加し、様々なスポーツに興味・関心を示していた。忍者体験や吹矢など親子づれ も目立ち、普段なかなか体験できないスポーツにチャレンジし、心地良い汗を流していた。

日 時 平成29年9月17日(日)

会場の館アリーナ、函館市民会館、ともえ広場

参加者数 1,260名

主 管 北海道レクリエーション協会

#### 実施内容

【函館アリーナ】



#### 【市民会館】





## 全国交流サロン

スポーツ等の合間に休憩を取りながら、和やかに語らう場面が見られた。リラックスした空間に多くの 笑顔の花が咲き、正に交流サロンとして貴重な場となった。PR が不足しておりサロン自体の存在があまり 周知されていなかったのが残念だった。

日 時 平成 29 年 9 月 16 日 (土) 15:00~19:00

会 場 函館市民会館

参加者数 40名

主 管 北海道レクリエーション協会

#### 実施内容

休憩コーナー

生ビールやソフトドリンクなどを片手に、スポーツの合間の休息と全国の仲間の交流の場となるサロンの開催。



## 函館観光ウォーク

どのコースの参加者も歴史とロマンの街函館を満喫した様子が覗えた。特に函館山からの夜景一望は歓声が上がり、参加者たちは宝石のような景色に見入っていた。

日 時 平成29年9月15日(金)~17日(日)

会 場 函館市内 (集合)まちづくりセンター、末広町電停、五稜郭タワー

参加者数 180名

協力 一会の会

#### 実施内容

①港から函館を(15日 9:20~11:00)

②函館のきらめきを楽しむ (16 日 17:20~19:00)

③幕末の歴史と特別史跡五稜郭を歩く

(17日9:20~11:00) ④函館のこれぞ王道コース (17日12:50~15:00)



### 全国落語大学

2日間に渡り開催されたが、会場は終始満席の盛況であった。参加者は落語家の話に真剣に聞き入っていた。洗練された話術に引き込まれながらも、笑いが会場を包み、和やかな雰囲気の中、会が進行された。

日 時 平成 29 年 9 月 16 日 (土) ~17 日 (日)

会 場 函館萬年寺

参加者数 460名

主 催 第27回全国落語大学開催実行委員会

#### 実施内容

函館在住の落語家「東家夢助」を学長に行われる 落語大学。一般社会人や学生、小中学生、主婦など が出演。「出演者が学生で、来場されたお客様が教 授」という発想で開催される寄席。



## ヒューストン 第15回全国競技大会

「ヒュー」と吹いて「ストン」と的に当てるから「ヒューストン」と呼ばれるが、参加者は、日頃の練習の成果を十分に発揮していた。複式呼吸の応用で、美容と健康に良いことを意識しながらターゲットをめがけ吹いていた。

■ 時 平成 29 年 9 月 16 日 (土)

会 場 函館市民会館

参加者数 49名

主 催 ヒューストン日本安全吹矢協会

#### 実施内容

競技大会 9時~14時 体験教室 9時~12時

