

とれくニュース

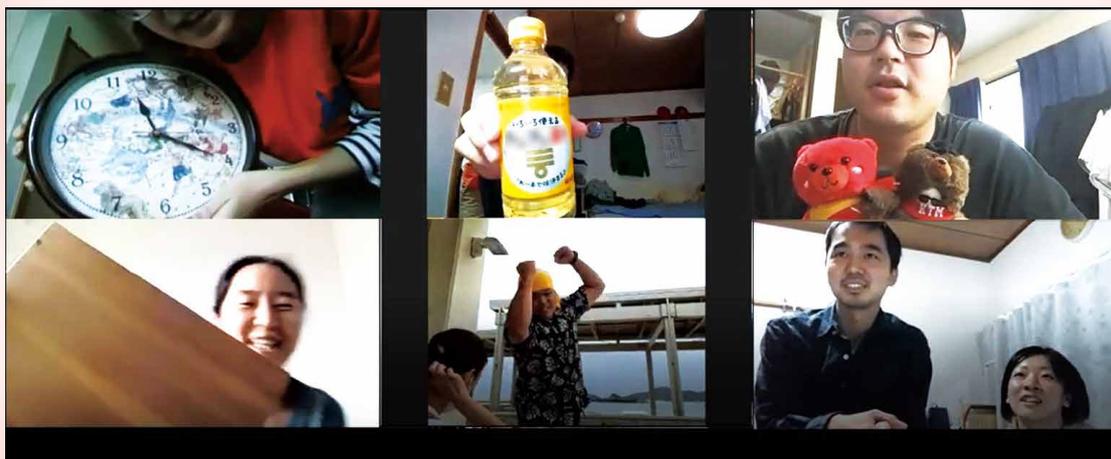


一般社団法人 東京都レクリエーション協会

「とれくニュース」は、スポーツ振興くじ助成を受けて発行しています。

お見舞い

この度の豪雨に際し被害を受けられた皆様に、心よりお見舞い申し上げます。

(オンラインゲームの一場面です。
詳細はP5をご覧ください。)

CONTENTS

- 2-3 一般社団法人 東京都レクリエーション協会の新役員・新専門委員の紹介
- 4 東京2020大会関連オンライン活用実践報告 一般社団法人東京都レクリエーション協会副会長 澤内 隆
- 5 「オンラインゲームのすすめ」 調布市レクリエーション研究会会長 斎藤 英治
- 6 新規加盟団体の紹介 東京都スナッグゴルフ協会事務局長 今屋 雄作
- 7 「SDGsを取り入れてレベルアップを！」 一般社団法人東京都レクリエーション協会専門委員 高尾 都茂子
一般社団法人東京都レクリエーション協会 公認講師紹介
- 8 開催予定事業のご案内 ほか

一般社団法人 東京都レクリエーション協会 新役員・新専門委員の紹介

令和3年6月23日(水)に書面決議にて第1回総会を実施し、新役員が承認されました。
その後の臨時理事会にて会長・副会長・専務理事の選出が行われました。

新役員

会 長 **並木 一夫** (公財)東京都スポーツ文化事業団 理事長)

コロナ禍のなか、「新しい日常」を踏まえ、レクリエーションの普及・発展に、より一層努力いたす所存でございます。引き続き関係者の皆様には、ご支援、ご協力を賜りますよう、改めてお願い申し上げます。

副 会 長 **澤内 隆** (東京都レクリエーション・コーディネーター会 副会長)

3期目の就任となりました。新しい社会様式の中で、オンラインを活用したスポ・レクの可能性を探りたいと思います。そして、東京2020大会を通して学んだ事を都レクの活動に活かしていきたいと思っています。

専務理事 **黒羽 昭** (東京都バウンドテニス協会 理事長)

皆様から頂くお声を大切に、組織とスムーズな連携を図り健全なレクリエーションの普及と発展に向け精進してまいります。まだまだ微力ではありますが、どうぞよろしくお願いいたします。

理 事 **木下 智恵美** (東京都福祉レクリエーション・ネットワーク 理事)

東京都レクリエーション協会に関わる方との出会いを大切に、広く先輩方から学びながら、レクリエーション活動に少しでもお役に立てるよう頑張りたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

理 事 **清水 俊二郎** (東京都オリンピック・パラリンピック準備局調整課長)

広くレクリエーションが普及・発展されるよう、東京都との連携も図り、会員のみなさまと一緒に事業を推進し、盛り上げていきたいと思っています。よろしくお願いします。

理 事 **島田 泰子** ((一社)東京都スポーツ推進委員協議会 副会長)

今期、引き続き理事を受けさせていただきました島田です。レクリエーションの幅広い、深みのある活動を理解することができました。コロナ感染症が心配されますが、コロナに負けずレクリエーション活動で味わえる様々な楽しさを皆さんと共有しながら発信できるよう頑張っていきます。よろしくお願いします。

理 事 **中能 孝則** (日野市レクリエーション研究会 会長)

レクリエーションを楽しもうという願いの中には、出会い、ふれあい、絆づくりがあると思いますが、そこには、何のために誰のためにという、深い理念と行動が求められており、それを具体的にしていくのが私たちの役割だと感じています。

理 事 **高木 敦子** ((公財)東京都スポーツ文化事業団 事務局長)

都民にとって身近なスポーツであるレクリエーションが、東京2020大会開催後のレガシー「Start Sport Tokyo」事業として実施されることで、レクリエーションの普及・発展が促進されますよう尽力してまいります。どうぞよろしくお願い申し上げます。

理 事 **福田 豊** (中野区キャンプ・レクリエーション協会 会長)

中野区キャンプ・レクリエーション協会の福田豊です。コロナ禍におきまして、ますます「心の元気づくり」が重要になると考えます。微力ながら努力してまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

理 事 **細川 健一** (東京都スポーツチャンバラ協会 副会長)

前期に引き続き理事を務めさせていただく、東京都スポーツチャンバラ協会の細川健一です。ピンチをチャンスに。チャンスになるものを探して活動していきます。よろしくお願いいたします。

監事 **石井 不士男** (東京都インディアカ協会 副会長)

この度、新監事に就任しました石井です。「いつでも」「だれでも」「どこでも」楽しめるレクリエーション活動に、微力ではありますが、お手伝いさせていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。

監事 **善谷 亮太** (東京都パドルテニス協会 副理事長)

この度、新たに監事に就任いたしました善谷です。東京都レクリエーション協会および関係者のため、監事の職務に誠実に取り組む所存です。どうぞよろしくお願いいたします。

新専門委員

● 委員長 ● 副委員長

総務委員会 総会や理事会のもつ意義・重要性の重みを十分に理解し、提案する議案内容を精査していくこと。

● **黒羽 昭**

総務委員会は東京都レクリエーション協会運営の中核であると認識しています。委員長としての自覚と責任をもち、真摯に取り組み、組織(加盟団体含む)の活性とスポーツ・レクリエーションの普及活動に少しでもお役に立てればと思っております。「個人の成長なくして、企業の成長なし」(前職からの学び)をモットーに精進いたします。

● **澤内 隆・木下 智恵美・中能 孝則・細川 健一**

組織委員会 都レク加盟団体等の育成、課程認定校、組織等に関すること。

● **澤内 隆**

組織委員会では加盟団体の増加、レクインストラクターの増加を目標に掲げ活動しております。コロナ禍におけるオンライン活用によるスポ・レクの可能性を探ります。第4回「レク・イントラ・フェス」もオンラインを活用して12月上旬に開催予定です。ご参加ご協力よろしくお願いいたします。

● **黒羽 昭・師岡 文男・高橋 伸・高橋 紀子**

研修委員会 レク指導者の養成、資格検定、レクリエーション講習会の企画・運営に関すること。

● **木下 智恵美**

研修委員会は、主としてレクリエーション指導者の養成・資格検定、レクリエーション講習会の企画・運営を担当しています。これらの目標を達成するために、次世代を担うレク指導者の養成をするため、各委員が協力し合って事業の企画・運営をしていきます。さらに、各分野で活躍している方にも魅力的な研修の場を提供していきたいと思っております。

● **福田 豊・小倉 あけみ・飯坂 徳雄・織田 祥代・内山 則子**

広報委員会 「とれくニュース」の編集・制作、情報宣伝、出版等に関すること。

● **中能 孝則**

都レクニュースの使命は何だろうかと悩みつつ取り組んでいます。まずは一人でも多くの都民の皆様の目に触れていただくことだと思いますが、読者の皆さまからのご提案などいただくとともに、ホームページの方もご覧いただければ大変ありがたいです。

● **勝山 景之・高尾 都茂子**

スポーツ委員会 都民スポレクふれあい大会の総合開・閉会式の運営、東京みんなのスポーツ塾運営等、生涯スポーツの普及振興に関すること。

● **細川 健一**

昨年は、コロナ禍で、全体で集まる活動ができませんでしたが、各団体工夫をして活動していただきました。今年度も安心安全を最優先におきながら、活動を進めていきたいと考えます。どうぞよろしくお願いいたします。

● **島田 泰子・斎藤 英治・善谷 亮太・石井 不士男・鶴岡 義浩・牧野 正雄**

東京2020 大会関連 オンライン活用 実践報告

東京都レクリエーション協会副会長
(東京都レクリエーション・コーディネーター会副会長) 澤内 隆

感染症対策として非接触が求められる中、急速に普及したのがオンライン化です。東京2020大会が延期して実施された中で、非接触がニューノーマルになってきました。その中でオンラインによるコミュニティづくりやオンラインツアーを実施しました。その実践報告3例をお伝えしたいと思います。

1. オンライン・ボランティア・コミュニケーション・ネットワーク (オンボラコミnet) の立ち上げ

新型コロナ禍の中で様々な東京五輪ボランティア事前研修がオンライン化になる中で、7月24日にオンボラコミnetを立ち上げました。東京2020シティキャスト(都市ボランティア)&フィールドキャスト(大会ボランティア)で、日頃からスポーツボランティア活動に関わっている4人が立ち上げました。延期になった東京2020大会を1年間、モチベーション維持のための情報交換の場が必要という考えのもとに集まり、現在約180名(7月末現在)のメンバーがいます。

会費、会則はなく、スポーツボランティア活動好きによるゆる～いネットワークです。1年後に延期された期間をコロナ禍でどのように過ごすかというそれぞれの想いで集まりました。約1年間、会場施設やコース理解、日本赤十字救急法、話し方、東京の地歴、国旗理解等さまざまなテーマでオンライン勉強会を行いました。講習会の講師、生徒、スタッフもメンバーです。その勉強会の中で、東京2020競技会場・コースオンラインツアーは4回実施しました。それは武蔵野の森総合スポーツプラザと武蔵野の森公園、国立競技場と東京体育館、お台場・青海・有明等の臨海地区会場施設、パラリンピックマラソンコースです。その後、パラマラコースの紹介が意外な展開となりました。



オンラインによるシティキャストフォローアップ研修「東京の地理・歴史」

2. 東京都オリパラ準備局「東京・地域の魅力発信」プロジェクトに協力

東京2020競技会場紹介ツアー・パラマラソン編の取り組みについて、東京都オリパラ準備局から「東京・地域の魅力発信」の依頼があり、7月19日に有楽町にある東京スポーツスクエアで最初の配信を行いました。内容はパラマラコース紹介です。施設は、有楽町駅近くのビルに東京メディアセンターなどが設けられ、国内外から集まる取材陣がオンラインで行われる都主催の講演会などに参加します。



東京スポーツスクエアにて東京の魅力発信

この日、施設を視察した小池百合子都知事は「コロナ禍で制約はあるが、スクエアから大いに世界に発信したい」と話しました。施設はまた、大会期間中に観客の道案内などを担う予定だった「都市ボランティア」が東京・地域の魅力を紹介する動画を公開収録する場としても活用されました。私は収録後に取材を受け「観客との触れ合いがないのは寂しいが、オンラインで東京・地域の魅力発信をしたい」と述べました。

3. Airbnb「東京2020大会パラマラコース」オンラインバーチャルツアーの実施

世界最大級の旅行コミュニティプラットフォームのAirbnbは、「シティキャストによるバーチャルツアー」を7月末から8月末まで開催しました。東京2020大会は、新型コロナウイルスの感染拡大により海外からの観戦客の受け入れを断念し、さらに、首都圏の1都3県と北海道、福島で無観客開催となりました。海外や国内各地から観光を兼ねて競技会場に足を運ぶのを楽しみにしていた人たち、そして「おもてなし」を提供する場が大幅に減りました。

そこで、日本財団ボランティアサポートセンターでは、参加費無料のオンラインツアーを企画しました。シティキャストを運営する各自治体と協力し、20グループ、計89人の有志が、それぞれ趣向を凝らした多種多様なコンテンツを立案。Airbnbのプラットフォームを活用して、競技施設がある地域の魅力をシティキャストたちが紹介。少しでも“観光気分”を感じてもらおうというものです。その20あるツアーの一部としてすでに実施したオンボラコミnetの「パラマラコース」が取り上げられました。「パラリンピックのマラソンコース上にある東京の地理、歴史、トリビアなど」の内容です。国立競技場、浅草、皇居、銀座、芝公園のエリアを動画、画像、中継等ハイブリッドでコース紹介をしました。

以上3つの東京2020大会関連オンライン活用報告をさせていただきました。今後、交流・対面・移動の価値シフトが進む中で、今までのリアル活動に加え、オンラインを活用したスポーツ・レクリエーションの取り組みを都レク関係者の皆様と共創していきたいと思っております。ご協力の程、よろしく申し上げます。

調布市レクリエーション研究会会長 齋藤 英治

オンラインゲームのすすめ

コロナウイルス感染症拡大の影響により、調布市レクリエーション研究会では毎月開催していた中学生・高校生・それ以上の年齢を対象としたレクリエーション講習会が開催できなくなりました。対面ではない方法でレクリエーションを提供する手段を模索し、若者を中心とした有志のメンバーで昨年7月にオンライン（ZOOM）にてゲームを開催しました。

手探りの状態で始めることとなった1回目では、「操作に慣れていない」「どんなゲームが向いているのかわからない」などの課題はありましたが、参加者が集まったことやゲームが成立したことを含め、まずはオンラインでゲームができるということが実感できました。

2回目以降、進行するメンバーを変更し、それぞれのメンバーが対面で実施していたゲームのアレンジや新しく考えたゲームを実施することでレパートリーを増やしていきました。

オンラインゲームを運営することによって、オンラインでも対面時と同様にゲームを楽しむことができると知り、まずはやってみることが大事であることを改めて確認しました。

オンラインゲームは集まる必要がなく、どこからでも参加できるということが最大の特徴です。実際の参加者には、かつて講習会に参加していましたが都外に引っ越してしまい対面の講習会に参加できなくなってしまった方や家の都合で外へ出ることができない方も、オンラインだからこそ参加することができるという声が寄せられました。

オンラインゲームはこれから発展段階であり、参加するだけでも運営を試みるのでも携わるメンバーが増えていくことで面白さは広がっていきます。今は密にはなれませんがオンラインゲームは心だけでも密になれる場を提供することができるためコロナ禍で効果を発揮することができる手法であると思います。まずはきっかけとして、オンラインゲームに参加してみてください。まだ知らない面白さがそこにはあるかもしれません。

最後に、実際にやったゲームを紹介します。

●持ってこいしりとり

誰もが1回はやったことのあるしりとりをアレンジしたゲームです。「単語を言う」だけでなく実際に物を持ってくるゲームです。

持ってくることに意識がいっぱいでしりとりのルールをついを忘れてしまったり、沖縄からボディバック1つで参戦する猛者がいたり、楽しいゲームとなりました。このゲームはYouTubeにアップしています。QRコードから読み込めますのでぜひご覧ください。

持ってこいしりとり
はこちらから→



●一文字漢字大爆笑

お題に合わせて自分で新しい漢字を考えて発表するゲームです。突然ですが、皆さんも考えてみてください!!!

右の写真は当時の参加者が考えた新しい漢字です。何を新しい漢字一文字で表しているかわかりますか？



正解は「テレビ」でした。逆のパターンで考えていただきましたが、思いつきましたか？他にも面白いアイデアがたくさんありました。



●ジェスチャーゲーム

進行者から個人チャットで送られてくるお題に合わせてジェスチャーで相手にお題を伝えるゲームです。

参加者の誰にお題が来るかわからないドキドキ感、画面の向こう側へ伝わらない煩わしさ、わかってあげたいこの気持ち!! いろんな思いが交差する楽しいゲームになりました。



簡単な説明になりますが気になるゲームがあった方、調布市レクリエーション研究会が実施しているオンラインゲームにぜひご参加ください。お待ちしております。

S N A G G O L F スナッグゴルフ

東京都スナッグゴルフ協会事務局長 今屋 雄作

▶スナッグゴルフって何



スナッグゴルフは元アメリカPGAツアープレイヤーによって、6年の歳月を費やして開発されました。

教える者、学ぶ者の両方にとって「やさしく」「正確に」「どこでも」ゴルフの基本を学ぶこと、また教えることができる用具を開発されました。

スナッグ (SNAG) の名前の意味は、**Starting New At Golf** (ゴルフを始めるために) の頭文字をとったものです。もう一つ、スナッグゴルフで使用するターゲット類はすべてボールがくっつくようにデザインされています。

SNAGとは「くっつく」という意味がありますので、この二つの理由から「SNAG」とつけられました。

▶概要・競技の特徴

スナッグゴルフは、子供から高齢者とゴルフ経験者からゴルフ上級者まで気軽に安全にプレイできるスポーツです。

ボールの最大飛距離は、大人が打って50ヤード程で、プレイする場所は、ゴルフ場や練習場等の広い場所だけでなく、お家のリビングでもお手軽にできるスポーツです。

使用するクラブは二種類しかありません。ゴルフの用具でアイアンに似たような形をしているランチャーは、フルショット、ピッチショット用に、そしてゴルフ用具でパターに似たようなローラーはパター同様に、パッティングでボールを転がすための道具です。ショットをする時のみランチパッドというゴム製のマットとティーを使用するので、毎回、同じ状態でボールを打つ事ができます。

スナッグゴルフと呼ばれる的は、地面に穴をあけるゴルフの「ホール」とは異なり、マジックテープ素材で表面を覆われた筒の形をしており、その中に水や砂を入れ重くして地面に置くだけです。

スナッグゴルフのボールはテニスボールより一回り小さく、表面が毛羽立った素材で覆われています。ホールにボールを入れるゴルフとは違い、スナッグゴルフではボールをスナッグフラッグにくっつけることとなります。

スナッグゴルフの用具は持ち運びが簡単なので、いつでも、どこでもプレイができます。

▶スナッグゴルフ出身 (プロゴルファー)

●畑岡奈紗 (プロ) ●渋谷日向子 (プロ) 他、多数のスナッグゴルフ出身のプロゴルファーがいます。

▶体験されたい方はこちら

■連絡先 東京都スナッグゴルフ協会

住 所: 東京都江戸川区平井5-29-4

TEL: 03-6231-9794

Email: tokyo.snaggolf@gmail.com

URL: https://instagram.com/snaggolf_tokyo/



「SDGsを取り入れてレベルアップを！」

東京都レクリエーション協会専門委員 高尾 都茂子

SDGsとは●「誰ひとり取り残さない」という理念。えっ、私たちのレクリエーション（以下レク）と同じよう。この理念のもと国連で採択されたのが、ご存知SDGs（Sustainable Development Goalsの略）です。「持続可能な開発目標」と訳されるこのSDGsには17の目標と、169の具体的な目標があり、2030年までに達成することを目指しています。

このSDGsの特徴は、誰もが取り組むべき普遍的な内容であり、私たち一人ひとりが意識して行動することでゴールに近づけるということです。

レクとSDGs●では、私たちのレクで考えてみましょう。ゴール3「すべての人に健康と福祉を」は、「一人ひとりのこころを元気にする」という私たちのレクそのものです。ニュースポーツや野外活動、レクリエーションプログラムは、子どもから高齢の方まで、障がいのあるなしにかかわらず受け入れるダイバーシティ&インクルージョンの活動です。いつも笑顔で暖かいところで行っている楽しみの活動は、健康と福祉を推進します。

ゴール4「質の高い教育をみんなに」では、レクを通してコミュニケーションを学び、ルール等を学ぶことで生涯学習の機会を促進します。

ゴール5「ジェンダー平等を実現しよう」東京都レクリエーション協会活動している時に、「女性だから」と差別を受けたりした事は一度も思い当たりません。一人ひとりを大切に、男女の差別なく居心地よく、ジェンダー平等が実現されて（私がうるさいせいかもしれませんがいやいや、みんな優しく受け入れ合ってます）います。これからも男女の区別なくみんなが居心地のよい時間を増やしていきましょう。ゴール16の「平和と公正をすべての人に」にもつながります。

これからの取り組み●「おもてなし」のこころから、つつい早く集まってしまう。すると冷暖房や電気を多く使ってしまうことがあります。ゴール7「エネルギーをみんなに そしてクリーンに」を考えましょう。資料やイベントのお弁当など、念のためつつい多くしてしまいがちですが、これもよく考えましょう。

ゴール12「つくる責任 つかう責任」ですが、例えばカッコいいユニフォーム。今「エシカル消費」といわれている、「人と社会、地球環境、地域のことを考慮して作られたもの」という観点から見直してみたいかがでしょうか。食べる事が好きなので、またお弁当の話ですが、適量は食品ロスを減らすことになりまして、容器はエシカルなものが使われているかな、という目で見てみるのも一つかなと思います。もちろん活動地域に合ったゴミの分別も大切なことです。

このような具体的な取り組みを話し合ってみてはいかがでしょう。まずそこから始めてみましょう。

私の場合● 水筒持参で中身はフェアトレードコーヒー（ゴール1・12）。お弁当は自分のお弁当箱で手作りして持参。中身は生産者の顔の見えるものも多いです（ゴール2・7・12）。幅広い年齢の方へ、レクや体操を提供しています（ゴール3・4）。車が大好きでいつも車移動でしたが、できるだけ公共交通機関を利用（ゴール7・13）。資料は多めに印刷をやめて適量に。工作で使うものはリサイクルで。折り紙は新聞のカラーページで代用（ゴール12・13）などなどです。

最後に● 一人ひとりが自分事として考えてみましょう。それぞれの立場で取り組むことが第一歩です。そうすることによりレクのすばらしさを再確認するとともに、益々元気に活動を前に進めるきっかけにもなるかと思えます。



東京都レクリエーション協会公認講師 紹介

今号より公認講師紹介を連載します。

「自分の紹介と、レク指導者への期待」

飯坂 徳雄



岩手県奥州市出身の74歳です。レクとの出会いは教員をしていた40代に出会いました。八王子レク学苑でレクを学んだ時に始まります。毎週金曜日に通いました。学苑は丸山正先生や、時々、藺田碩哉先生も見えられ、今で言うレク実技を身につけると同時にレク理論も学びました。レクの未来に心が躍っていた時期です。残念ながら現代ますますレクが求められているのにまったく応えられていません。支援者はバラバラで一緒にレク運動を担っているという雰囲気ありません。都レクが一丸となって日本のレク運動を再生する事を夢んでいます。

「料理とレクリエーション～私のレクリエーションへの思い出」

飯田 弘



50数年前、都レクの創始者でレクリエーション界の大御所であった奥野正恭先生から「あなたは料理を出されたとき、何でもおいしいといって食べますか。それともおいしいか、おいしくないかを判断して食べますか?」と質問があった。戦後の食糧難に育った私は、「何でもおいしい」と答えると「指導者としては、さみしい人」と言われました。「料理（レクリエーション）をする人は、いろいろな素材（ゲーム）を、どのように調理したらおいしくなるか（参加者、目的、人数、会場等を考えてのプログラミング）を真剣に考えている。これを「何でもおいしい」という人は、これらの努力を踏みにじり、本や講義で知った知識をただ羅列しているだけだ。」と言われた。



「とれくニュース」は、
スポーツ振興くじ助成を受けて
発行しています。

2021年度助成金交付(決定)額
.....1,016,000円

2020年度助成金交付額
.....990,000円

スポーツくじ
BIG

**ご支援・ご協力
ありがとうございます**

当協会の賛助会員様をご紹介します。皆様からの暖かいご支援は協会の健全な運営に活用させていただきます。(五十音順・7/15集計時点)

- 阿部正幸様 ●飯田弘様 ●石井不士男様
- 伊藤ゆうみ様 ●稲垣美穂様 ●小倉あけみ様
- 織田祥代様 ●金子和子様 ●亀石紀子様
- 木下智恵美様 ●黒羽昭様 ●幸田紀夫様
- 澤内隆様 ●塩澤迪夫様 ●島田泰子様
- 杉本孝一郎様 ●須藤修治様 ●善谷亮太様
- 高尾都茂子様 ●高木直様 ●鶴岡義浩様
- 中能孝則様 ●羽淵徹也様 ●丸山正様
- 水尻光男様 ●三谷明男様 ●道廣英彦様
- 村松節子様 ●師岡文男様 ●湯川恵子様
- 中野区キャンプ・レクリエーション協会様
- 東京都ターゲット・バードゴルフ協会様
- 東京都フロアボール連盟様
- 東京都グラウンド・ゴルフ協会様
- 東京都キンボールスポーツ連盟様
- 東京都ユニカール協会様
- NPO法人東京都ドッジボール協会様
- 東京都綱引連盟様
- NPO法人手のひら健康バレー協会様
- 東京都福祉レクリエーション・ネットワーク様

今後のおすすめ事業

- ▶レクリエーション・インストラクター養成講習会
- ▶レクリエーション・サポーター研修
- ▶第4回 レク・イントラ・フェス

詳細につきましては、当協会ホームページをご覧ください。

東京都レクリエーション協会では、ホームページに色々な情報を掲載しています。ぜひ、ご覧ください。

<https://www.tokyo-rec.or.jp>



とれくニュース vol. 49

- 発行日 令和3年8月31日
- 発行 一般社団法人 東京都レクリエーション協会
会長 並木 一夫
- 編集 一般社団法人 東京都レクリエーション協会
広報委員会

事務所 所在地
〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷一丁目29番9号
日本パーティビル3階

TEL : 03-6380-4731 FAX : 03-6380-4732

