



レクリエーションNews

こころもからだも元気に！

一般社団法人 青森県レクリエーション協会 会長 杉本 康雄



青森県レクリエーション協会が法人化してから4年目を迎えました。

日頃から、皆様には日頃からレクリエーション活動に深いご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、経済情勢が混沌としてきており、物価の上昇などから将来の生活設計も不安になるときですが、このような時こそレクリエーション活動の原点を見つめ、初心にかえることが大事だと思っております。

それは、レクリエーションの楽しさにより、こころとからだを元気に人と人をつなぎ、人々の健康と穏やかな社会をつくるというレクリエーションの意義でもあります。

2025年は“ブレ”国スポ・障スポの年です。参加種目団体の皆様方は、来年度の国スポ・障スポをイメージして、今年度の行事を遂行してほしいと思います。

また、本協会では、10月5日（日）に、県総合社会教育センターで青森県レクリエーション大会の開催を予定しております。まずは皆様多くの方々と連携・協力し、一緒に盛り上げてまいりたいと考えておりますので、今後ともより一層のご支援とご協力をお願いし、挨拶いたします。



○第67回青森県レクリエーション大会（昨年度の様子）



令和6年度事業報告

○健康スポレクひろば

令和6年11月10日～1月18日（全5回）

開催場所：青森市アウガ

レク式体力チェック、ニュースポーツ、タクスボ（自宅で出来る運動）などを内容に開催。



受講生が県内各地から集まりました！

○（公財）日本レクリエーション協会協働事業

レクリエーション・インストラクター養成講座

（公財）日本レクリエーション協会との協働事業を活用した、通信学習と集合学習を併用（集合学習3日間）

開催場所：青森県総合社会教育センター

受講生：11名



○チャレンジ・ザ・ゲーム公認記録大会

日時：令和6年6月23日（日） 開催場所：カクヒログループスタジアム

実施種目：キャッチング・ザ・スティック、スピード・ラダーゲッター、ネット・パス・ラリー、むかでタイムレース10、チームふらば～るボール



令和6年度事業報告

○ミニ☆モルック大会

日時：令和6年6月29日（土）

開催場所：青森県総合社会教育センター



1 から 12 までの数字がついているスキttlをモルックで倒すゲームです。50 点きっかりで勝利。



○おおもり県民健康ウォーク&レクリエーション祭

日時：令和6年9月29日（日）

開催場所：カクヒログループスーパーアリーナ

ウォーク→7km・5km・3kmの3つのコース

レク→フライングディスク、モルック



ウォーキング協会とレク協会のコラボ！



子どもたちも大勢来てくれました！

○フォローアップ研修会（ウォークラリー研修）

日時：令和6年7月14日（日）

開催場所：県民福祉プラザ

講師：日レク事業部部長 後藤 剛彦氏

コース図（コマ図）の作成方法を学び、その後実際に町を歩いて作成しました。





各地域協会・各種目団体の様子

※青森県レクリエーション協会の活動助成により開催された、各団体の活動を一部ご紹介します。

【地域協会】

〈青森市レクリエーション協会〉

令和6年6月23日（日）

チャレンジ・ザ・ゲーム記録大会

参加者：26名 スタッフ：5名



〈八戸市レクリエーション協会〉

令和6年6月30日（日）

令和6年度ニュースポーツフェスティバル

「モルック大会」

参加者：32名 スタッフ：7名



〈むつ・下北地区レクリエーション協会〉

令和6年11月16日（土）

令和6年度むつ市福祉ボランティア・レクリエーション講座

参加者：18名 スタッフ：4名



【種目団体】

〈青森県パークゴルフ協会連合会〉

令和6年6月1日（土）

第12回青森県パークゴルフ選手権大会

参加者：101名 スタッフ：6名



〈青森県フライングディスク協会〉

令和6年6月8日（土）

第44回市民ニュースポーツ体験 DAY

参加者：128名 スタッフ：57名



〈青森県ユニバーサルホッケー協会〉

令和6年11月4日（月・祝）

第27回青森県ユニバーサルホッケー選手権大会

参加者：161名 スタッフ：20名



一般社団法人青森県レクリエーション協会 令和7年度計画（主催事業）

	事業・行事	実施年月日	開催場所等
主 催 事 業	第18回県民スポレク祭	令和7年 7月5日(土)～6日(日)	青森市駅前公園(6日ウォークビンゴ)
	元気アップ教室「ニテレクボール教室」	令和7年 7月13日(日)	青森市
	レクリエーション・インストラクター 協働養成事業(資格取得審査会含む)	令和7年7月～11月 集合学習8/24(日)、9/7(日)、 10/19(日)	8/24、9/7県総合社会教育センター 10/19青森市内会場
	第26回あおもりシニアフェスティバル(ウォークラリー)	令和7年 9月21日(日)	青森市駅前公園
	県民健康ウォーク&レクリエーション祭	令和7年 9月28日(日)	青森市総合体育館
	第68回青森県レクリエーション大会	令和7年10月 5日(日)	県総合社会教育センター
	健康スポレクひろば(青森市新町地区:全5回)	令和7年10月20日(月) 令和7年11月11日(火) 令和7年11月25日(火) 令和7年12月 4日(木) 令和7年12月18日(木)	青森市アウガ研修室
	有資格者フォローアップ研修会	令和7年11月16日(日)	青森市内会場
	ホームページの更新	随時	
	加盟団体の「活動助成費」事業	通年	
	有資格者(講師)派遣事業	通年	
	生涯学習フェア(あおもり県民カレッジ)	令和7年 9月27日(土)	青森市(県総合社会教育センター)
	カダールフェスタ	令和8年1月24日(土)～2月1日(日)	青森市男女共同参画プラザ「カダール」
	第79回全国レクリエーション大会inあいち	令和7年10月31日(金)～2日(日)	愛知県

△ INTERVIEW ▽

レク・インストラクターとして活躍されている方に突撃インタビュー！
青森県十和田市在住の木村明美さんは、平成29年に青森市で開催されたレク・インストラクター養成講座で資格を取得されました。

🔪 資格取得のきっかけは？

町内会の行事のお手伝いをしていたので、レクが役に立つかもしれないと思ったのと、小学校の教員をしていたので、PTAの親子学年行事でレクをやってみたくてと思いました。

🔪 現在の活動を教えてください。

親子読書会「わっこの会」での読み聞かせ活動、高齢者施設での「絵本レク」、町内会でのラダーゲッター教室、放課後教室（なかよし会）でのクラフトや音楽あそび等です。

🔪 資格取得したときの思い出を教えてください。

十和田市から青森市まで通う夜の講座は、帰りの運転が怖かった思い出が。塩谷彰宏先生、木村博子先生を始めとした講師の先生方がとても元気で驚きました。理論、実技、交流と、講座の中身は飽きることがありませんでした！

🔪 地元でやってみたいことは？

十和田市にはレク資格を持っている方がいるかはわからないのですが、仲間で小さなイベントをやりたいです。クラフトが得意なので、クラフトを活かしたものを。また、ラダーゲッターを購入してあるので、宝の持ちぐされにならないよう、体験させたいと思っています。



ーインタビューの日は、たまたま年3回の「絵本と音楽の会」活動日にあたり、貴重な機会にお邪魔させていただきました。木村さんやお仲間の方たちの、本の紹介や読み聞かせに聞き入りました。レク+絵本の組み合わせ、とても素敵でした！今後もレクを活かし、更なるご活躍の場が広がっていくことを願っています。

～表彰～（令和6年度）

<生涯スポーツ功労者表彰>（文部科学大臣賞）

高橋 昌樹 氏

<レクリエーション運動普及振興功労者表彰>
（日本レクリエーション協会理事長賞）

小泉 裕美 氏



<一般社団法人青森県レクリエーション協会表彰>（会長賞）

三村ヒロ子 氏（青森県フライングディスク協会）

磯島 康聡 氏（八戸市レクリエーション協会）



三村ヒロ子氏



磯島康聡氏

<青森県スポーツ・レクリエーション奨励賞>

三ツ谷正和 氏

千葉 良雄 氏

高橋 寛 氏



◆事務局より◆

○講師派遣

レク講師派遣事業を行っております。また、イベント等の開催にご協力する形でスタッフ派遣も行います。講師派遣については当協会ホームページをご覧ください。
また、会員で講師をしてみたい方は、【得意なレク分野】【希望地域】をご記入の上、下記のメールアドレスへお知らせください。



○レク用具貸出

レク用具を貸し出しております。貸出物品については当協会ホームページをご覧ください。



○ホームページ、メール配信

ホームページを随時更新しています。事業の詳細や要項など、様々な情報を掲載していますので、是非ご活用ください。
また、県レク事務局からイベント等のお知らせをメールでお送りしておりますが、届いていない方はご面倒でも下記アドレスまでメールでお知らせください。または「レクぽ」にてメール登録をお願いします。

○レクぽ

多様なレク活動を紹介しているレクリエーションポータルサイトです。
是非ご活用ください。

発行：一般社団法人 青森県レクリエーション協会

〒030-0132 青森県青森市横内字亀井278-1

TEL 017-752-0699 FAX 017-752-0717

E-MAIL aomoriken-reku@ksh.biglobe.ne.jp

HP <http://www7a.biglobe.ne.jp/~aomoriken-rec/>