



ミナレク

～体・心・頭の健康～

〒502-0817 岐阜市長良福光大野2675番地28
岐阜メモリアルセンター内
TEL.058-295-7257 FAX.058-216-0622
メール npo-gifu-rec@kuf.biglobe.ne.jp
URL <http://www.7b.biglobe.ne.jp/~npo-gifu-rec/>

主催者挨拶
古田肇岐阜県知事

10月30日(土)、岐阜メモリアルセンターにて、ねんりんピック岐阜2021の開催に協力してくれた多くの県民に感謝を込めて開催しました。本来ならこの日はねんりんピックが開催される予定だったこともあり、応援大使の佐藤弘道さんと勅使川原郁恵さんも1日ご参加いただきました。



ぎふ清流レクリエーションフェスティバル2021 in 岐阜

開催!

～ねんりんピック岐阜2021協力への感謝を込めて～



ミナモ体操
佐藤弘道氏・勅使川原郁恵氏



ねんりんピック選手団応援横断幕



開会宣言 渡邊丈展会長

古田肇岐阜県知事の主催者あいさつのおと、佐藤武彦岐阜県議会議長にご祝辞をいただき、渡邊丈展会場には、8種目のレクリエーション体験をはじめ、クラフトやミナレクの各種体験ブース、ねんりんピックのため県内の子ども達や県民が準備してきた応援横断幕や、モザイクアートなども披露されました。



3B体操



フォークダンス



クラフト



フープディスクゲッター



マンカラ



グラウンド・ゴルフ

ぎふ清流レクリエーションフェスティバル



子どもから高齢者まで、障がいの有無にかかわらず、“オールぎふ”でレクを楽しもう！

県内5圏域(5会場)で行うレクリエーション体験型イベント「5圏域レクイベント」、種目大会や教室の「ミナレクチャレンジ」をはじめ、「市町村協賛イベント」、「市町村グラウンド・ゴルフ大会」が9月～2月まで県内全市町村で行われています。

- 主催** 岐阜県・(特非)岐阜県レクリエーション協会
- 会場** 県内全42市町村
- 期間** 令和3年9月1日(水)～令和4年2月28日(月)
- 参加人数** 3万人(予定)



※新型コロナウイルスの影響で、内容が変更となっている場合があります。最新情報は、左のQRコードからご確認ください。
◀ぎふ清流レクリエーションフェスティバル ホームページ

市町村グラウンド・ゴルフ

市町村で行われるグラウンド・ゴルフの大会。特別賞として、ミナモのぬいぐるみをプレゼント。

- 主管** 市町村グラウンド・ゴルフ協会ほか
- 期間** 10月～2月
- 会場** 33市町村 37会場

市町村協賛イベント

誰もが気軽に参加でき、レクリエーションが体験できるイベント等を実施しています。

- 主催** 開催している市町村
- 期間** 10月～2月
- 会場** 17市町村 21会場

関連イベント

- 第14回岐阜オレンジリボン
たすきリレー(協賛イベント)

- 主催** オレンジリボン岐阜ネット
- 日程** 11月7日(日)ほか
- 会場** 岐阜メモリアルセンター芝生広場

- 高齢者安全支援
岐阜県警察と岐阜県レクリエーション協会が締結している高齢者安全支援に関する協定に基づき、被害防止啓発活動を実施

ミナレクチャレンジ

SDGsの達成に寄与するため、脳トレミナモ体操や様々なレクリエーションにチャレンジして健康長寿を目指すとともに、花の種を参加者に配布し、岐阜県の豊かな自然を守る意識の醸成につなげます。

- 期間** 10月～2月
- 会場** 13市町 32会場
- 内容** グラウンド・ゴルフやインディアカなど28種目の大会や教室等



10/17(日)
マンカラ(関市)



11/7(日)
ウォーキング(羽島市)



10/13(水)
マグダーツ(大垣市)



11/18(木)
ミセスフォークダンス(岐阜市)

in 飛騨

▶レク種目「ゲームレール」で遊ぶ参加者と、やり方をやさしく教える飛騨市レクのスタッフ



in 東濃

▶中京幼稚園によるミニマダンスでオープニングを飾りました。



地元イベントとタイアップして相乗効果！

10月17日(日) 飛騨市立古川中学校にて、飛騨会場として開催。飛騨市レク協会の布俣正也会長が開会あいさつをし、ミニマ体操でスタートしました。
様々なレク体験や体験ブースあわせて10種のコーナーに加え、「はたらく車展」や「飛騨市スポレク祭」と同時開催し、内容をパワーアップ。約1,500名のご来場がありました。



2021ひだのはたらく車展



2021飛騨市スポレク祭 紙飛行機飛ばし

5圏域レクイベントのスタート！！

10月10日(日) 瑞浪市民体育館にて、東濃会場として開催。ご来賓に衆議院議員古屋圭司様、瑞浪市長水野光二様、岐阜県議会議員山本勝敏様にご臨席いただきました。
ねりんピックで開催する予定であった3B体操とバウンディングを合わせた体験ブースあわせて11種のコーナーを開設し、約1,000名のご来場がありました。



バウンドテニス



3B体操

in 中濃

▶5圏域レクイベントのフィナーレを飾る「ジャンケン大会」。豪華な景品もプレゼント。



「ジャンケン大会」で総まとめ！

11月21日(日) ぎふ清流里山公園にて、中濃会場として開催。ご来賓に国土交通副大臣の渡辺猛之様にご臨席いただきました。
屋外のどんぐり広場でスポレク体験とステージイベント、屋内の飛騨路でバルーンアートや岐阜県警察本部ブースなどを行い、あわせて14種のコーナーを開設し、約2,000名のご来場がありました。



バルーンアート



岐阜県警察本部ブース

in 西濃

▶ペットボトルを活用したクラブ体験。無限に遊べるけん玉を作りました。



会場にあふれるレクリエーションの笑顔

11月14日(日) 輪之内町立輪之内中学校体育館にて、西濃会場として開催。ご来賓に輪之内町長の木野隆之様にご臨席いただきました。
オープニングにぎふ輪之内内武将隊の演舞、輪之内町レク協会によるミニマ体操を行いました。ドッジボールやインディアカ、体験ブースあわせて11種のコーナーを開設し、約1,000名のご来場がありました。



インディアカ



ミナレクス (あとだしじゃんけん体験。県レク公式LINEのPR)



ミナレク 秋の軽スポーツフェスティバル

レクを通じて 健康づくりを意識する

11月7日(日)、コスモパーク羽島で『ミナレク 秋の軽スポーツフェスティバル』(日本スポーツ振興センター助成事業)を開催しました。たくさんのご家族が、グラウンド・ゴルフやディスゲッター 9、大人気の「似顔絵コーナー」など、10種目の軽スポーツを体験しました。また、『ぎふ清流レクリエーションフェスティバル2021 ミナレク チャレンジ ウォーキング』も同時開催し、公園の景色を楽しみながらご家族で歩かれました。参加賞として、花の種とミニお菓子をプレゼントし、笑顔いっぱいの日となりました。



①大人も夢中になる「ディスゲッター9」 ②似顔絵検定2級のスタッフによる「似顔絵コーナー」
③正しい歩き方で「ウォーキング体験」 ④受付で消毒・検温・参加申込用紙を記入する参加者



子どものあそび広場 2021 ～軽スポーツで異世代交流～

12月4日(土)、子どもゆめ基金助成活動として、羽島市立正木小学校にて『子どもの遊び広場2021～軽スポーツで異世代交流～』を開催しました。子どもを中心とした多くの参加者は、ユニカールやポッチャなど6つのスポレク種目体験コーナー、似顔絵やバルーンアートなど3つの体験ブースをまわり、楽しい一日を過ごしました。



子どもの軽スポーツ交流まつり

10月17日(日)、子どもゆめ基金助成活動として、岐阜県百年公園で『子どもの軽スポーツ交流まつり2021』を開催しました。スカットボール、ワナゲ、グラウンド・ゴルフ、ディスゲッター9、マンカラの体験を行いました。開会ではミナモ体操も行い、参加者の皆さんは楽しく体を動かし、お帰りには嬉しい参加賞をプレゼントしました。

みんなのスポーツレクリエーション祭

「みんな」が参加できる レクのおまつり

10月9日(土)、県営各務原公園にて、『みんなのスポーツレクリエーション祭』(日本スポーツ振興センター助成事業)を開催し、ターゲット・バードゴルフ、ディスクゲッター、ラダーゲッター、ワナゲなどのレクリエーション体験を行いました。とても暑い日でしたが、ご家族のほか、団体に障がい児施設の皆さんがご来場されるなど、障がいの有無に関わらず、たくさんの方々にご参加いただきました。お帰りにくじ引きを行い、景品をもらった参加者はとても嬉しそうにしていました。



①綱引き競技「Xロープバトル」で大人と子どもが熱戦
②ゴルフのアイアンで羽根の付いたボールを打つ「ターゲット・バードゴルフ」
③だれでも簡単に遊べる「ワナゲ」 ④くじ引きにチャレンジする参加者

東京 2020 オリンピック・パラリンピック に出場する岐阜県ゆかりの選手の激励会

県ゆかりの出場選手の激励会が7月14日(水)、サラマンカホールで行われました。オリンピックには29人、パラリンピックには9人の過去最多となる県ゆかりの選手が出場され、当協会が体育指導をしている『羽島市立西部幼稚園』のみんなが「ミナモダンス」を踊り応援しました。選手のみなさん、たくさんの感動をありがとうございました。



レク★パラひろば

～レクリエーション&パラリンピックスポーツ体験～

11月27日(土)、岐阜メモリアルセンターにて、(公財)岐阜県スポーツ協会主催による『レク☆パラひろば』が開催され、(一社)岐阜県障害者スポーツ協会と当協会が運営協力しました。東京2020パラリンピックで銀メダルを獲得した車いすバスケットボールの秋田啓選手、銅メダルを獲得した車いすテニスの諸石光照選手らによるパラスポーツ体験、フープディスクゲッターやマンカラ等のレクリエーションを楽しみました。

レクリエーション活動の再開に向けた 新型コロナウイルス感染拡大予防ガイドライン検討会

10月5日(火)、感染対策を万全に行うため、羽島市民病院の感染管理認定看護師 大村学先生を講師に招き、「新型コロナウイルス感染拡大予防ガイドライン検討会」を羽島市民会館で行いました。コロナ対策の講話に加え、現在のガイドラインについてのご意見をいただき、秋のレクイベントシーズンに向けて、感染対策の準備を整えました。





ミナレク情報ひろば



県内のレクリエーションイベントの情報を掲載します。

イベント名/主催	日程	会場	対象	問い合わせ
第18回ミニテニス『男女別大会』/ 岐阜ミニテニス協会	12月12日(日) 8:30	岐阜市西部体育館	協会登録者 または協会が 認めた者	・クラブより申込 ・参加費 500円
冬季ちびっこワイワイデイキャンプ/ (特非) 大垣市レクリエーション協会	12月12日(日)	大垣市青年の家	小1~小6	・参加費 2,000円
レクリエーション研修会【午前の部】/ 下呂市レクリエーション協会	12月19日(日) 10:00~ 11:30	下呂交流会館 マルチスタジオ(下呂市)	どなたでも	・参加費 無料
レクリエーション研修会【午後の部】/ 下呂市レクリエーション協会	12月19日(日) 14:00~ 15:30	金山市民会館 研修室1 (下呂市)	どなたでも	・参加費 無料
第2回ミニテニス研修会/ 岐阜ミニテニス協会	12月19日(日) 9:00~ 13:00	岐阜市東部体育館	協会登録者 または協会が 認めた者	・クラブより申込 ・参加費 300円
子どもクッキング教室/ (特非) 大垣市レクリエーション協会	令和4年 1月8日(土)、 2月5日(土)	大垣市青年の家	小1~小6	・参加費 700円 (各回)
第21回団体戦交流会/ 岐阜ミニテニス協会	1月16日(日) 8:30	山県市総合体育館	協会登録者 または協会が 認めた者	・クラブより申込 ・参加費 1チーム 4,000円
冬季リーダーズスクール/ (特非) 大垣市レクリエーション協会	1月30日(日)	大垣市青年の家	小5~中1	・参加費 1,000円
ミニテニスお楽しみ交流会/ 岐阜ミニテニス協会	2月13日(日) 8:30	岐阜市西部体育館	協会登録者 または協会が 認めた者	・クラブより申込 ・参加費 300円
2022MARCH 年度末ペタンク大会/ 岐阜県ペタンク協会	3月20日(日) 9:00~ 16:30	広見市民運動場 (可児市)	どなたでも	・参加費 会員 1,000円 非会員 1,500円
中部地区ミニテニス交流『第23回長良 川大会』/岐阜ミニテニス協会	3月20日(日) 8:30	山県市総合体育館	協会登録者 または協会が 認めた者	・クラブより申込 ・参加費 500円

※予告なく内容が変更する場合があります。

ミナレク運動推進リーダー養成講習会 (参加無料)

お知らせ

指導者向けのレクリエーション実技講習会です。受講したら、認定証がもらえます。

岐阜会場『職場や家でできるレク・エクササイズ(就業者向け)』

楽しみながらできるエクササイズで、時間や場所を問わない運動や体操といったレクリエーションを紹介します。

●日時: 令和4年2月12日(土) 10:00~12:00 ●会場: 長良川スポーツプラザ 2階 大会議室(岐阜市)

東濃会場『シニアのための健康体づくりレクセミナー(高齢者向け)』

頭と体を一緒に使って、健康に生活するための体力を楽しみながら行えるレクリエーションを紹介します。

●日時: 令和4年2月13日(日) 10:00~12:00 ●会場: セラトピア土岐 2階 小ホール

飛騨会場『教育・保育であそべるクラフトづくり(子ども向け)』

子どもが“つくって”、“あそんで”、“たのしめる”クラフトを紹介します。

●日時: 令和4年2月13日(日) 10:00~12:00 ●会場: 高山市民文化会館 3-11講堂

「チョコパンの ちよこっとレクリエーション」

全回紹介!

- 第1回 「レクで笑顔をジャンケンポン」
- 第2回 「笑顔ジャンケン」
- 第3回 「グーパー体操」
- 第4回 「肩たたき」
- 第5回 「ウルトラマンじゃんけん」
- 第6回 「仮面ライダーじゃんけん」
- 第7回 「ももたろう手遊び」
- 第8回 「耳鼻さわりで脳トレ!」
- 第9回 「天狗の鼻」
- 第10回 「グー・チョコキ・パーで脳トレ」
- 第11回 「あとだしジャンケン
(足バージョン)」
- 第12回 「足踏みグーチョコキパー」
- 第13回 「しゅうまいジャンケン」
- 第14回 「動物園!」
- 第15回 「パン屋さんでお買い物」



コロナを機にスタート

2020年4月11日から、誰でも簡単にできる楽しいレクリエーションを全15回配信しました。スポーツ庁ホームページ「Sport in Lifeプロジェクト参画団体・企業の運動遊び等」にて紹介されています。



ミナレク運動コンセプトムービー

岐阜県が進める「ミナレク運動」を伝えるコンセプトムービーを配信しました。県民みんながレクリエーションを始めるきっかけとなる、元気と笑顔があふれる内容です。是非、ご覧ください。

動画配信

岐阜県レクリエーション協会

はじめました

YouTube



ユーチューブは
こちらからご覧
いただけます

乞うご期待!

岐阜県レクリエーション推進団体の紹介動画を今冬配信予定!

友だち登録して
お得な情報をゲット!



- 特典 1 イベントのお知らせ配信
- 特典 2 レク用具、書籍、CD、DVD 10%OFF
- 特典 3 手軽にできるレク動画の配信 など

岐阜県レクリエーション協会

LINE

公式アカウントはじめました!

友だち登録の仕方

LINEアプリの「友だち」追加から右のQRコードを読み込み、追加してください。または、ID検索で @812ocgzj を検索してね!



表彰

岐阜県知事表彰

（社）岐阜県レクリエーション協会副会長
井尾 達之氏

公益財団法人日本レクリエーション協会 レクリエーション運動普及振興功労者表彰

岐阜市レクリエーション協会理事
加藤 英夫氏

ADL対応型高齢者体操研究会
岐阜県支部理事
今井 喜彦氏

中津川市レクリエーション協会理事長
田口 恵美子氏

一般社団法人 岐阜県レクリエーション協会 レクリエーション運動普及振興功労者表彰

岐阜市民踊連盟会長
戸本 孝子氏

（特非）大垣市レクリエーション協会元理事
三輪 幸子氏

恵那市レクリエーション協会副理事長
橋本 忠明氏

編集後記

今年も無事に「ミナレク運動」を推進することができました。コロナ禍の中、「ぎふ清流レクリエーションフェスティバル」をはじめ、これだけ多くの事業を行うことができたのは、主催者と参加者の双方が、人との距離の確保や換気、消毒など、県のガイドライン「コロナ社会を生き抜く行動指針」や、当協会の「レクリエーション活動の再開に向けた新型コロナウイルス感染症拡大予防ガイドライン」に定められた基本的な感染対策のルールを守っていただいたからだと思います。特に、役員やスタッフの皆さんには、コロナ前には無かった作業を行っていただくことになり、心から感謝いたします。

来年も決して緩めることなく、特に主催者となる当協会はじめ市町村レクリエーション協会、種目団体などは、引き続き「ガイドライン」を遵守して、楽しくレクリエーションで笑顔になる「ミナレク運動」を県民に広げていきたいと思っています。

つなげています
スポーツへの想い

スポーツの収益は、日本のスポーツを育てるために使われています。

スポーツLIFE BIG

www.toto-dream.com www.toto-growing.com 19歳未満の方の購入又は譲り受けは法律で禁じられています。払戻金も受け取れません。運営・販売：独立行政法人日本スポーツ振興センター