

# 「楽しい」をつくる

鳥取市  
レクリエーション協会



メンバーの鎌谷眞里子さんにお話を聞きました。

## どんなグループですか

みなさんの心身の健康と生きがいづくりを応援するグループです。この活動を通して、参加していただいた一人ひとりが元気になるれば、まちの活性化にもつながると思っています。メンバーは二十歳から七十三歳まで約二百人。そのうち三分の二が女性です。職業は福祉関係者や教員、公務員などさまざまです。

## 楽しいをつくるとは

なんでもそうですけど、楽しさって活動の原動力だと思うんです。毎日、生きがいを持って楽しい気持ちで過ごせば、きっと心も体も健康で生き生きとした人生が送れると思います。私たちは、地域の公民館や学校、福祉施設などに行つて、ゲーム、軽スポーツなどのレクリエーションを行っています。みなさんには、ぜひ参加して人と人が触れ合う喜びや楽しさを感じていただけたらと思います。そして「楽しい」の中から自分にあった生きがいを発見し、元氣はつらつの生活を送ってもらえたらいいなと思っています。

## レクリエーションの良いところは

人と人とのふれあいが生まれ、心と体が解放されることです。以前、親子で参加されたお

母さんに「家庭では見えない子どもの一面を発見した」と感謝されたことがあります。

## 苦労することは

メンバーはそれぞれ仕事を持っているので、打ち合わせひとつするのにも時間調整がたいへんです。それとこういう活動に取り組んでいること自体をみなさんに知ってもらうことです。

## 良かったことは

自分の持っている良い部分をまわりの人たちが引き立ててくれて、自分自身も成長できることでしょうか。参加者の笑顔に



昨年行われたウォークラリーのようす

触れたり、良い表情を見ると逆に元氣をもらいます。

## これからの目標は

平成十六年に全国レクリエーション大会が鳥取市で開催されます。これに向けて、市民のみなさんにも関わっていただけるよう活動を進めていきたいと思っています。みなさんの身近な地域に「楽しい」を持っておじゃまします。

### ニュースポーツ指導員養成講習会(参加費無料)

ところ 勤労者総合福祉センター(富安二丁目・さざんか会館となり)  
申し込み先 鳥取県レクリエーション協会・鎌谷(23 1859)

開催日	種目	説明
6月	2日(日)	ティーボール 止まったボールを打つ野球
	9日(日)	スポーツチャンバラ エアソフト剣を使い対戦
	16日(日)	ユニカール カーリングの陸上版
	23日(日)	レクリエーション卓球 大きな玉とラケットを使う卓球
	30日(日)	パドルテニス 短いラケットでゆっくり楽しめるテニス