



県民みんなでレクリエーション！ ミナレク運動

明るく健康で笑顔あふれる「清流の国ぎふ」の実現を目指し、県では、県民の皆さん一人一人がレクリエーションを実践する「ミナレク運動」を推進しています。2020年に岐阜県で初めて開催する「第33回全国健康福祉祭(ねんりんピック)」に向け、さらなる取組みを進めていきます。

■問/県庁地域スポーツ課 ☎058(272)8764

県民の皆さん全員が参加者！ 「ぎふ清流レクリエーションフェスティバル」開催中

昨年、過去最大規模で開催した「第70回全国レクリエーション大会in岐阜」の成果を継承し、子どもから高齢者、障がいのある方もない方もレクリエーションに触れられる大会として、「ぎふ清流レクリエーションフェスティバル」を開催しています。9月から11月にかけて、各市町村では種目大会や協賛イベントを実施。体験コーナーで、気軽にレクリエーションに参加できる会場もあります。今後の大会スケジュールなど、詳しくは下記ウェブサイト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 [検索](#)

今後開催のイベント情報

当日参加可能なレクリエーション体験コーナーがあります。

☆11月18日(土) 富加町 とみか町民まつり「クロリティー体験コーナー」

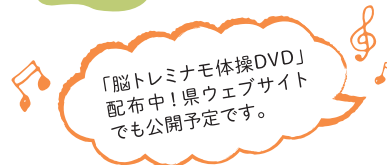
☆11月26日(日) 養老町 町民スポーツフェスティバル

※その他のイベントもまだまだ開催中!

詳しくは県ウェブサイトに掲載した総合プログラムをご確認ください。



9月30日の総会合会式では、参加者2000人と脳トレミナモ体操で体を動かしました。



「脳トレミナモ体操DVD」
配布中! 県ウェブサイト
でも公開予定です。

仲間と一緒に活動する楽しさを感じよう! レクリエーション推進団体を募集

推進団体の声



風船バレーの様子

ミナモ体操など、各種レクリエーションに積極的に取り組む学校、事業所、企業などを、レクリエーション推進団体として認定しています。認定後は認定証の交付や「脳トレミナモ体操DVD」を進呈します。レクリエーションを実践している団体の皆さんの応募をお待ちしています。



養護老人ホーム八百津蘇水園
安藤嘉紘さん

日常的な動作の維持や認知症予防のための取組みが評価され、レクリエーション推進団体に認定されました。毎週水曜日にはリハビリを兼ねたレクリエーションを継続して行い、朝の体操はミナモ体操を取り入れています。DVDで映像が見られるため覚えやすく、座ったままの姿勢でできるバリエーションがあるのも良いですね。「気軽に運動できる」「皆で集まって取り組むのは楽しい」など、入所者からも好評です。

健康づくりに活用できる レクリエーション指導者を派遣

利用団体の声



体育指導の様子

施設や団体などにレクリエーション指導者を派遣。「体」や「頭」を使ったもの、「心」がリラックスできるものなど、希望に合った健康づくりプログラムを提供しています。運動を始めるきっかけに、ぜひご利用ください。

■問/県レクリエーション協会 ☎058(295)7257



うれしの東保育園
笹尾武さん

週に1回、レクリエーション指導者に体育指導をお願いしています。遊びを通して、体を使う楽しさや、コミュニケーションの取り方を知ってもらうのが目的です。指導者の方が褒めてくれるので、自信が付くのでしょうか。練習したでんぐり返しを家で披露する子もいます。保育理念など、園について理解をしようとして、カリキュラムを作成してくれるのがありがたいです。

こんなプログラムが体験できます!

- 子どもの多様な動きをつくる運動遊び
- 認知症予防に使える脳トレ体操
- 障がいのある方もない方も楽しめる体操
- 歌やダンスで職員間の交流を図るレクリエーション など