

第80回

全国レクリエーション大会

# 2026くまもと

開催期間

2026年  
(令和8年)

11/21(土) ▶ 23(月・祝)

～火の国熊本 復興への10年、そして未来へ～  
九州のおへそから発信 レクちから！

## レクリエーション研究フォーラム

公益財団法人日本レクリエーション協会は、全国からの参加者と開催地の皆様との交流を図り、さらに全国各地および各専門領域におけるレクリエーションに関する研修、実践の成果を結集することにより、スポーツ・レクリエーションの振興とレクリエーション運動の活性化に資することを目的として、「全国レクリエーション大会」を毎年開催しています。

熊本県にて開催する第80回大会では、36のレクリエーション研究フォーラムを実施します。

そのなかで、教員の皆様におすすめのセッションをご案内します。

皆様のご参加、心よりお待ちしております。

### レクリエーション研究フォーラム情報

- 日 時 2026年11月22日(日)・23日(月祝)
- 場 所 熊本市民会館 / 熊本市国際交流会館
- 参加費 3,000円(大会エントリー料金・レクリエーション研究フォーラム参加費)  
※複数セッションをお申込みいただいても一律参加費3,000円です。  
※シンポジウムのみ参加は、参加費無料です。(お申込みページ参照)
- 申込締切 11月5日(木)

◆主催：公益財団法人日本レクリエーション協会／一般社団法人熊本県レクリエーション協会  
熊本県、熊本県教育委員会、熊本市、合志市、玉名市、菊陽町、和水町、南阿蘇村

◆共催：スポーツ庁

◆主管：第80回全国レクリエーション大会2026くまもと実行委員会

第80回 全国レクリエーション大会 2026 くまもと

# レクリエーション研究フォーラム 開催日程

会場：熊本市市民会館／熊本市国際交流会館

11月22日(日)

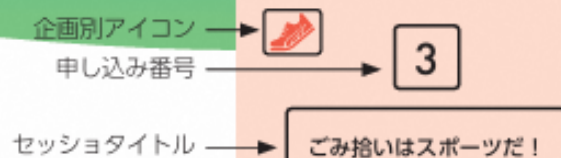
熊本市市民会館

| 会場    | 大ホール                                                                                | 第3・4会議室                                                                                                                               | 第5・6会議室                                                                             | 第7会議室                                                                                 |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| テーマ   | シンポジウム                                                                              | 学生・若者の活躍                                                                                                                              | レクリエーションスポーツ                                                                        | 復興支援・防災                                                                               |
| 10:00 |                                                                                     |                                                      |    |    |
| 10:30 |                                                                                     | <b>4</b>                                                                                                                              | <b>2</b>                                                                            | <b>10</b>                                                                             |
| 11:00 |                                                                                     | 若手が集まり、<br>育ち、続く組織へ<br>～地域レクリエーション<br>協会の人材循環モデルを学ぶ～                                                                                  | 大学スポーツの<br>新たな価値を拓く<br>～キャンパス<br>レクリエーション環境<br>充実に向けた<br>実践と展望～                     | 熊本地震から10年<br>～復興支援活動としての<br>レクリエーションを考える～                                             |
| 11:30 |                                                                                     |                                                                                                                                       |                                                                                     |                                                                                       |
| 12:00 |                                                                                     |                                                                                                                                       |                                                                                     |                                                                                       |
| 12:30 |                                                                                     |                                                                                                                                       |                                                                                     |                                                                                       |
| 13:00 |                                                                                     |                                                                                                                                       |                                                                                     |                                                                                       |
| 13:30 |  | 11月22日の13時～15時は、全体セッションとして、シンポジウムのみ開催します。<br>シンポジウムでは、第3代スポーツ庁長官 河合純一氏の基調講演、東京オリンピック金メダ<br>リストの宇山賢氏をはじめとする豪華パネリストによるパネルディスカッションを行います。 |                                                                                     |                                                                                       |
| 14:00 | <b>1</b>                                                                            |                                                                                                                                       |                                                                                     |                                                                                       |
| 14:30 | レクリエーションスポーツが<br>拓く未来<br>～ウェルビーイング社会の<br>実現に向けて～                                    |                                                                                                                                       |                                                                                     |                                                                                       |
| 15:00 |                                                                                     |                                                                                                                                       |                                                                                     |                                                                                       |
| 15:30 |                                                                                     |                                                                                                                                       |                                                                                     |                                                                                       |
| 16:00 |                                                                                     |                                                    |  |  |
| 16:30 |                                                                                     | <b>7</b>                                                                                                                              | <b>3</b>                                                                            | <b>17</b>                                                                             |
| 17:00 |                                                                                     | レクリエーション<br>教育実践・研究発表                                                                                                                 | ごみ拾いはスポーツだ！<br>日本生まれの<br>NEWスポーツ<br>「スポGOMI」の体験と<br>開催方法について                        | 災害後のレクリエーション支援と<br>災害想定ゲームKIZUKIを<br>通した疑似体験                                          |
| 17:30 |                                                                                     |                                                                                                                                       |                                                                                     |                                                                                       |
| 18:00 |                                                                                     |                                                                                                                                       |                                                                                     |                                                                                       |
| 18:30 |                                                                                     |                                                                                                                                       |                                                                                     |                                                                                       |
| 19:00 |                                                                                     |                                                                                                                                       |                                                                                     | <b>35</b>                                                                             |
| 19:30 |                                                                                     |                                                                                                                                       |                                                                                     | 福祉レクリエーション<br>全国集会2026                                                                |

11月23日(月)

熊本市市民会館

|       | 第3会議室                                                                               | 第4会議室                                                                               | 第5会議室                                                                               | 第6会議室                                                                                | 第7会議室                                                                                 |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 10:00 |  |  |  |  |  |
| 10:30 | <b>32</b>                                                                           |                                                                                     | <b>30</b>                                                                           | <b>28</b>                                                                            |                                                                                       |
| 11:00 | 《ユッキーの笑タイム》<br>よかたい(いいじゃん)体操をしよう！<br>～楽しくてためになる～                                    | <b>16</b>                                                                           | お笑いライブの手法を活用した<br>心と脳のレクリエーション<br>健康支援の進め方                                          | 歌の力で心も体も元気に！！                                                                        |                                                                                       |
| 11:30 |                                                                                     | 遊びのマーケット                                                                            |                                                                                     |                                                                                      | <b>18</b>                                                                             |
| 12:00 |  |                                                                                     |  |  | 福祉レクリエーション支援の<br>「基本のき」を学ぼう                                                           |
| 12:30 | <b>33</b>                                                                           |                                                                                     | <b>31</b>                                                                           | <b>29</b>                                                                            |                                                                                       |
| 13:00 | 認知症予防<br>「運動と脳トレを同時に」                                                               |                                                                                     | 認知予防・健康寿命を延ばす                                                                       | 誰もが知っているジャンケンで、<br>「野球・サッカー・<br>ボーリング」を楽しもう                                          |                                                                                       |



※会場を変更する場合があります。大会当日に配布するプログラムまたは掲示版をご確認いただき、お集まりください。

| 11月22日(日) |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 会場        | 熊本市市民会館                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                       | 熊本市国際交流会館                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
|           | 第8会議室                                                                                                                                        | 第9会議室                                                                                                                                                                                 | 第1会議室                                                                                                                                                              | 第3会議室                                                                                                                                                                    | ホール                                                                                                                                 |
| テーマ       | 公募                                                                                                                                           | 地域組織                                                                                                                                                                                  | レクリエーション理論と実践                                                                                                                                                      | 学校レクリエーション                                                                                                                                                               | 福祉レクリエーション                                                                                                                          |
| 10:00     | <br><b>21</b><br>可視化による<br>介護予防プログラムの<br>モチベーションの<br>変化について | <br><b>19</b><br>次世代が活躍する<br>レク組織を作る                                                                 | <br><b>6</b><br>レク力向上委員会特別編<br>レクリエーションの意義を<br>再確認<br>～レクリエーションムーブ<br>メントを起こすために～ | <br><b>11</b><br>学級経営と学校レク①<br>レクリエーションで紡ぐ！<br>先生と子どもとの絆<br>～明日からの学級経営が<br>変わる魔法のヒント～ | <br><b>8</b><br>脳の仕組みから診る<br>効果的な認知機能への<br>アプローチ |
| 10:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 11:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 11:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 12:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 12:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 13:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 13:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 14:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 14:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 15:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 15:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 16:00     | <br><b>22</b><br>「ボラのボラによるボラの<br>ための交流会」実践報告              | <br><b>20</b><br>全国の仲間とネット活用の<br>レクリエーション開発の<br>今を学ぶ<br>～YouTubeとは違う<br>コミュニケーションゲームを<br>体験しながら学ぶ～ | <br><b>5</b><br>「楽しさ」の科学と<br>セラピューティック<br>レクリエーション実践への<br>可能性                   | <br><b>12</b><br>学級経営と学校レク②<br>レクリエーションで育む！<br>子ども同士のつながり<br>～クラスがまとまる<br>学級経営のヒント～ | <br><b>9</b><br>生活機能改善のレクの<br>実践と効果判定          |
| 16:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 17:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 17:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 18:00     | <br><b>23</b><br>レクリエーションの手法を応用した<br>国際交流活動の実践と推進         |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 18:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 19:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 19:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 20:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 20:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 21:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 21:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 22:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 22:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 23:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 23:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 24:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 24:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 25:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 25:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 26:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 26:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 27:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 27:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 28:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 28:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 29:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 29:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 30:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 30:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 31:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 31:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 32:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 32:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 33:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 33:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 34:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 34:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 35:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 35:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 36:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 36:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 37:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 37:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 38:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 38:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 39:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 39:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 40:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 40:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 41:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 41:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 42:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 42:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 43:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 43:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 44:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 44:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 45:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 45:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 46:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 46:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 47:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 47:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 48:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 48:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 49:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 49:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 50:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 50:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 51:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 51:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 52:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 52:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 53:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 53:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 54:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 54:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 55:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 55:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 56:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 56:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 57:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 57:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 58:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 58:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 59:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 59:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 60:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 60:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 61:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 61:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 62:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 62:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 63:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 63:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 64:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 64:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 65:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 65:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 66:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 66:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 67:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 67:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 68:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 68:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 69:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 69:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 70:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 70:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 71:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 71:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 72:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 72:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 73:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 73:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 74:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 74:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 75:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 75:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 76:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 76:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 77:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 77:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 78:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 78:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 79:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 79:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 80:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 80:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 81:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 81:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 82:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 82:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 83:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 83:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 84:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 84:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 85:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 85:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 86:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 86:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 87:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 87:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 88:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 88:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 89:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 89:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 90:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 90:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 91:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 91:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 92:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 92:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 93:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 93:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 94:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 94:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 95:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 95:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 96:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 96:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 97:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 97:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 98:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 98:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 99:00     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 99:30     |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 100:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 100:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 101:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 101:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 102:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 102:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 103:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 103:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 104:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 104:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 105:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 105:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 106:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 106:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 107:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 107:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 108:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 108:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 109:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 109:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 110:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 110:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 111:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 111:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 112:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 112:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 113:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 113:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 114:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 114:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 115:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 115:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 116:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 116:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 117:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 117:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 118:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 118:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 119:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 119:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 120:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 120:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 121:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 121:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 122:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 122:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 123:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 123:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 124:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 124:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 125:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 125:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 126:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 126:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 127:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 127:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 128:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 128:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 129:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 129:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 130:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 130:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 131:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 131:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 132:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 132:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 133:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 133:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 134:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 134:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 135:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 135:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 136:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 136:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 137:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 137:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 138:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 138:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 139:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 139:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 140:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 140:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 141:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 141:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 142:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 142:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 143:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 143:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 144:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 144:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 145:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 145:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 146:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 146:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 147:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 147:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 148:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 148:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 149:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 149:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 150:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 150:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 151:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 151:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 152:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 152:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 153:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 153:30    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
| 154:00    |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |

# レクリエーション研究フォーラム おすすめセッション

レクリエーション研究フォーラムは、11月22日（日）・23日の2日間にわたり、全36のセッションを開催します。

小学校・幼稚園教諭の皆さまには、学校レクリエーション領域の3セッションと、レクリエーション支援の意義・効果、支援技術を学ぶセッションをおすすめします。また、レクリエーションに興味関心がある教員の皆様の緩やかなネットワークづくりの第一歩となる「集会」も開催します。セッションの参加とあわせ、是非ご参加ください。

なお、セッション1のシンポジウムは、河合スポーツ庁長官による基調講演とパネルディスカッションを開催します。シンポジウムは参加費無料です。

SESSION

熊本県レクリエーション協会企画

11

学級経営と学校レク①

レクリエーションで紡ぐ！先生と子どもとの絆  
～明日からの学級経営が変わる魔法のヒント～

実践報告・情報交換

「クラスの雰囲気を良くしたい」「子どもたちとの距離を縮めたい」と感じていませんか？このセッションは、学級経営にレクリエーションを効果的に取り入れて、子どもたちとの温かい信頼関係を築くことを追及するセッションです。

前半は学級経営にレクを導入して成果を上げている2名の先生をお招きして教室で即実践できる具体的な事例を発表していただきます。

後半は、発表内容をもとに参加者同士で「意見交換」を行います。日頃の悩みも共有し、明日からのクラスにどう活かせるかを一緒に考えましょう。

レクの力を味方につけて、子どもたちの笑顔あふれる温かいクラスをともにつくりましょう！

日 時 11月22日（日）10：00～12：00

定 員 60名

参加対象 幼稚園・小学校・中学校教員、放課後支援員、子どもたちの集団運営に携わっている方 等

コーディネーター 村山 哲也氏（栃木県：栃木県学校レクリエーション研究会会長／レク・コーディネーター／上級レク・インストラクター／元足利市立東山小学校校長）

事例発表者 小林 洋平氏（広島県：ひろしまレクリエーション協会理事／広島市キャンプ協会副会長／中級レク・インストラクター／広島市立中山小学校主幹教諭）

佐藤 郁子氏（愛媛県：松山東雲女子大学特任教授／上級レク・インストラクター／えひめ学校レク研究会会長／愛媛県レクリエーション協会理事／前松山市立道後小学校校長）

SESSION

熊本県レクリエーション協会企画

12

学級経営と学校レク②

レクリエーションで育む！子ども同士のつながり  
～クラスがまとまる学級経営のヒント～

実践報告・情報交換

「クラスの一体感を高めたい」「子どもたち同士の関りを深めたい」と考えていませんか？このセッションは、学級経営にレクリエーションを取り入れ、子どもたちが主体的に絆を深めあうクラスづくりのヒントを学ぶセッションです。

前半は、レクを通して子ども同士の良好な関係づくりを実践している2名の先生が登場します。教室で実際に起きた変化やすぐにまねできる具体的な事例発表を行います。

後半はその発表をもとに参加者同士で「意見交換」を行います。日頃の悩みを共有しながら自分のクラスにどう応用できるかをざっくばらんに語り合しましょう。

レクリエーションの力を活かして、子どもたちがお互いを認め合い、安心して過ごせる学級づくりをともに目指しましょう。

日 時 11月22日（日）15：30～17：30

定 員 60名

参加対象 幼稚園・小学校・中学校教員、放課後支援員、子どもたちの集団運営に携わっている方 等

コーディネーター 朝武 紀雄氏（埼玉県：埼玉県レクリエーションダンス連盟理事長／レク・コーディネーター／埼玉県レクリエーション協会理事／埼玉県子ども会連合会事務局長／元久喜市立江面小学校校長）

事例発表者 増田 直人氏（千葉県：千葉県学校レクリエーション研究会理事／準上級レク・インストラクター／柏市レクリエーション協会理事／柏市子ども会育成連絡協議会理事／柏市立豊小学校教頭）

熊倉 善博氏（栃木県：栃木県学校レクリエーション研究会事務局長／栃木県レクリエーション協会指導者養成副委員長／レク・インストラクター／足利市教育委員会生涯学習課社会教育主事）

## 学級経営と学校レク③

あそびのフリーマーケット！  
～明日から使えるレクのアイデア見本市～

「レクって何をすればいいの？」「レクのネタや引き出しを増やしたい！」そんな先生方必見の体験セッションです。動から静まで多彩なレクが大集合！レクリエーション初心者の方も大歓迎です。

会場内はまるでフリーマーケット。体を動かすゲームや歌、ダンスなどの「活動系レク」から、教室を落ち着かせる読み聞かせ、おもちゃや簡単な工作などの「静的・創作系レク」まで、様々なレクが体験できます。ワークショップ形式で実際に遊びながら学べるため、子どもたちの楽しむ気持ちや指導のコツが自然と身につきます。

「これなら明日からクラスでできる！」というお気に入りのアイデアが必ず見つかるはずです。引き出しをいっぱい満たして子どもたちの笑顔を広げていきましょう。

日 時 11月23日(月・祝) 10:00～12:00

定 員 60名

参加対象 幼稚園・小学校・中学校教員、放課後支援員、子どもたちの集団運営に携わっている方 等

コーディネーター 安藤 佳子氏(熊本県・熊本県学校レクリエーション研究会副代表/準中級レク・インストラクター/熊本県レクリエーション協会指導者養成委員長/前足利市立葉鹿小学校長)

講師 朝武 紀雄氏(レクダンス)、小林 洋平氏(レクゲーム)、増田 直人氏(レクゲーム)  
村山 哲也氏(レクソング)、佐藤 郁子氏(おもちゃ体験)、松井 純子氏(読み聞かせ)

## レク力向上委員会『特別編』

## レクリエーションの意義を再確認 ～レクリエーションムーブメントを起こすために～

公認指導者のレク力を高めるための「レク力向上委員会」。このセッションでは、『特別編』として、レクリエーションの力、意義・価値について、実技体験とグループ演習をとおして考えます。

現在、日本レクリエーション協会では、レクリエーションの主旨(目的)を「心を元気にすること」としています。17世紀、学校の休み時間として始まったレクリエーションは、時代を経て、さまざまな課題に寄り添いながら、意義や価値を広めてきました。

みなさんが考えるレクリエーションの意義や価値はなんですか？ レクリエーションは楽しい！ 楽しさには大きな効果があり、その支援の方法は理論に裏付けされた技術があって奥が深い！ でも、この価値がなかなか認知されないな、と感じている方も少なくないと思います。

現代社会におけるレクリエーションの意義や価値を再確認し、世の中に広く「レクリエーション支援」が認知される切り口やアプローチについて考えるワークをとおして、これからのレクリエーションに期待を寄せてみませんか。

日 時 11月22日(日) 10:00～12:00

定 員 40名

参加対象 レクリエーション公認指導者

講師 津幡 佳代子氏(東京都:公益財団法人日本レクリエーション協会事業部専門職・講師育成担当者/上級レク・インストラクター他)

## 学校レクリエーション全国集会2026

## ～子どもたちの生き生きとした笑顔と、先生方の輝く笑顔があふれる学級を一緒に作りませんか？～

遊びやコミュニケーションの教育的効果を生かす「学校レクリエーション」の力を全国の学校に広げるため、「学校レクリエーション全国集会2026」を開催します。全国各地で実践と研究の輪が広がっていますが、開催地であるここ熊本県には、まだ研究会が立ち上がっていません。だからこそ、今がチャンスです。

この集会をきっかけに、熊本の教育をレクの力でさらに盛り上げる最初の仲間になりませんか？特別な知識や経験は不要です。「子どもたちの主体性を育てたい」「明日からの学級経営をもっと楽しくしたい」という熱い思いがあれば、どなたでも大歓迎です。記念すべき熊本での第一歩を、私たちと共に踏み出しましょう。皆様の温かいご参加と、立ち上げへの挑戦をお待ちしています！

※この集会後、会場を移して懇親会を開催予定(希望者のみ)

日 時 11月22日(日) 17:45～18:45

問合せ先 堀田 秀和 wakabarutan@yahoo.co.jp

# レクリエーショナルスポーツが 拓く未来

ウェルビーイング社会の実現に向けて

スポーツ庁  
長官による  
基調講演

スポーツには、競技として高みを目指す楽しさがある一方で、年齢や経験、技術に関係なく、身体を動かす心地よさや、人とつながる喜び、新しいことに挑戦する楽しさなど、さまざまな魅力があります。子どもから高齢者まで、誰もが自分らしく楽しめるスポーツのあり方として、いまレクリエーショナルスポーツへの関心が高まっています。

レクリエーショナルスポーツは、勝敗や記録の追求だけではなく、「楽しさ」「交流」「健康づくり」「自己実現」など、多面的な価値を持つスポーツのかたちです。人々の日常に自然に根づき、これまでスポーツとの接点が少なかった人や、新たな楽しみ方を求める人にとっても、スポーツに親しむきっかけとなる可能性を秘めています。

スポーツの楽しみ方は一つではありません。多様なスポーツとの出会いは、新たな価値観や人とのつながりを生み、個人のウェルビーイングの向上だけでなく、地域社会の活性化にもつながります。本シンポジウムでは、レクリエーショナルスポーツがもつ魅力や可能性について考えながら、これからのスポーツのあり方と、ウェルビーイングの実現に向けた役割について、参加者のみなさまとともに考えていきます。

日時

11 / 22日 日 13:00～15:00

会場

熊本市民会館大ホール 定員 800名

基調講演



河合 純一氏

スポーツ庁長官、パラリンピック競泳金メダリスト

コーディネーター



松尾 哲矢氏

日本レクリエーション協会 理事、立教大学スポーツウエルネス学部 教授

パネリスト



中西 純司氏

立命館大学産業社会学部 教授



宇山 賢氏

日本レクリエーション協会 評議員、東京 2020 五輪フェンシング金メダリスト



松永 敬子氏

蘭谷大学経営学部スポーツサイエンスコース 教授、スポーツ庁スポーツ審議会健康スポーツ部会 委員

# お申込み

申込締切 11月5日

レクリエーション研究フォーラム（セッション2～33）へのお申し込みは、  
右記のQRコードを読み込んでいただき、申し込みフォームにてお申し込みください。

レクリエーション研究フォーラム（セッション2～33）の参加費は、大会エントリー  
料金とレクリエーション研究フォーラム参加費の合計 3,000 円となります。

セッションは重複しない時間帯であれば、複数申し込んでも同額となります。



シンポジウムのみ参加を希望される場合、参加費は無料です。

シンポジウムのみ参加を希望する場合は、左記のQRコードを読み込んで  
いただき、申込フォームにてお申し込みください。当日受け付けも  
しております。



◆本大会の詳細情報は、右記 QR コードの開催募集要項をご参照ください。

\*\*\*\*\* FAX でお申込みいただく場合は、下記にてお申し込みください \*\*\*\*\*

レクリエーション研究フォーラム 申込用紙（FAX専用） 送信先：03-3834-1095

## ■参加者情報

|       |                    |       |     |         |
|-------|--------------------|-------|-----|---------|
| フリガナ  |                    |       |     | 住所：〒    |
| 氏名    |                    |       |     |         |
| 電話番号： | FAX：               | 生年月日： | 西暦  | 年 月 日 歳 |
| 携帯電話： | 参加区分： 高校生以上 ・ 小中学生 |       | 性別： |         |

## ■参加希望セッション（第2希望まで可）

| 時間ID | 時間帯                    | 該当セッション                    | 第1希望 | 第2希望 | 備考                              |
|------|------------------------|----------------------------|------|------|---------------------------------|
| ①    | 11月22日（日）10:00～12:00   | 2, 4, 6, 8, 10, 11, 19, 21 |      |      |                                 |
| ②    | 11月22日（日）13:00～15:00   | 1                          |      |      |                                 |
| ③-1  | 11月22日（日）15:30～17:30   | 3, 5, 7, 9, 12, 17, 20     |      |      | ③-1を希望する場合は、③-2<br>及び③-3の選択は不可  |
| ③-2  | 11月22日（日）15:30～16:20   | 22                         |      |      | ③-2または③-3を希望する場<br>合は、③-1の選択は不可 |
| ③-3  | 11月22日（日）16:40～17:30   | 23                         |      |      |                                 |
| ④    | 11月22日（日）17:45～        | 34, 35, 36                 |      |      |                                 |
| ⑤-1  | 11月23日（月・祝）10:00～12:00 | 13, 14, 15, 16, 18         |      |      | ⑤-1を希望する場合は、⑤-2<br>及び⑤-3の選択は不可  |
| ⑤-2  | 11月23日（月・祝）10:00～10:50 | 24, 26, 28, 30, 32         |      |      | ⑤-2または⑤-3を希望する場<br>合は、⑤-1の選択は不可 |
| ⑤-3  | 11月23日（月・祝）11:10～12:00 | 25, 27, 29, 31, 33         |      |      |                                 |

## ■お弁当

（ ） 11/22のお弁当を申込み ※1食（お茶付き）1,200円（税込み）でお申込みいただけます

## ■支払い方法

- （ ） コンビニ決済：セブンイレブン  
（ ） コンビニ決済：ローソン、ファミリーマート、ミニストップ、セイコーマート  
（ ） コンビニ決済：デイリーヤマザキ

特別行事

エキスポ

# スポレクEXPO



まだまだ知られていないレクリエーションスポーツが無料で体験できるスポレクEXPOを2日間にわたって開催。子どもと大人が一緒に参加できるだけでなく、観る人も引き込まれる魅力が満載です！  
スタンプラリーも同時開催！2日間たっぷり遊んで、スタンプを集めて、スポレクEXPOを思いっきり楽しもう！

**開催日時** ▶ 11月22日(日)・23日(月・祝)10:00～15:00

**会場** ▶ くまもと街なか広場

予定  
種目

フットゴルフ、ストリートサッカー、ルードスポーツ、殺陣、親子自転車教室、ぱん食い競争、スラックライン、パルクール、太極柔力球、肥後ちょんかけごま、ラダーゲッター、わなげ、リング・キャッチ、忍者ランド、玉入れ、バグジー、モルック、キャッチング・ザ・スティック、シャボン玉、郷土ゲーム、ボードゲームほか



【お申込み・お問い合わせ先】

■第80回全国レクリエーション大会2026くまもと 大会受付センター

電話：050-5785-0895 FAX：03-3834-1095 Email：[res@recreation.or.jp](mailto:res@recreation.or.jp)

〒111-0053 東京都台東区浅草橋 1-9-16 日東ビル 7F

公益財団法人日本レクリエーション協会内