



지역사회와의 유대를 강화하자

■ 레크레이션으로 상호 교류를

레포츠활동은 직장에서만 하는 활동이 아니라 지역사회에서도 조기축구회라든가 여러 가지 종목의 체육동호회 등 갖가지 형태의 활동으로 이루어지고 있다. 이처럼 지역주민자격으로서의 레포츠활동을 통하여 지역이나 사회에 대한 공헌을 하게 되는 것을 종종 볼 수 있다.

그래서 직장에서 이루어지고 있는 레포츠활동과 지역사회에서 하고 있는 활동이 전혀 관계가 없다고는 할 수 없으며, 최근에는 점차 기업과 지역사회와 서로 연계하여 활동을 전개해 가는 경우도 생겨나고 있는 것 같다.

이럴테면 지역내에서 깊은 관계를 맺고 있는 기업에서는 지역축제 등의 행사를 비롯하여 갖가지 지역에 대한 공헌을 하기도 하며, 또 자사의 체육대회나 이벤트행사 등에 지역주민을 초대하기도 한다. 그리고 그러한 활동이 기업주의 입장이 먼저라고 하는 생각이 앞설 수도 있겠지만, 레포츠활동 분야에서 체육대회 등에 지역주민이 참가한다는 단계부터 내용적으로 깊은 관계를 갖는 경우도 생길 수 있다.

예를 들면 기업내에서 건강관리프로그램의 일환으로 실시되는 스포츠대회에 지역의 애호가 그룹이 참가하거나, 반대로 지역의 스포츠대회에 기업의 그룹이 참여하는 등의 사례이다. 특히 새롭게 보급되고 있는 종목이라면 체육대회나 교류회를 가질 때에 지역의 애호와 함께 참여하는 것도 좋은 효과를 기대할 수 있을 것이다.

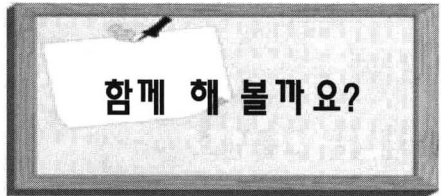
■ 퇴직 후의 생활을 충실하게 보내기 위해서

이러한 지역사회에서의 레포츠활동과의 연계는 기업주라고 하는 시점에서만이 아니라, 사원과 지역사회와의 관계라는 점에서도 중요한 의미를 지니고 있다. 기업에서의 레포츠활동을 시작으로 지역에서의 애호가 그룹과의 교류가 생기고 그것이 인연이 되어 지역사회에서의 활동도 시작될 가능성이 있는 것이다.

특히 평균수명이 길어짐에 따라서, 인생 80대를 맞이하여 정년퇴직 후에도 20년 이상

의 자유시간을 갖게되는 요즘, 직장인의 정년퇴직 후 생활양식이 관심거리가 되고 있다. 매일이 휴일인 정년 후의 나날을 어떻게 보낼 것인가에 따라서 남은 인생의 충실도가 결정되기 때문이다. 그때까지 유대관계가 전혀 없었던 지역사회 활동에 참여한다는 일은 다소 어렵기도 하다.

그래서 레포츠활동 등을 통하여 정년이전부터 지역사회와의 관계를 만들어 간다는 점에서도 고려해 볼 만하다. 신체를 움직이고 적당히 땀을 흘림으로써 건강유지에도 좋으며, 무엇보다도 지역사회 안에서 유대관계를 맺어나갈 수 있다는 점에서 의미가 있다. 그러므로 기업 내에서의 레포츠활동도 지역사회와 함께 조화시켜 나감으로써 여러 가지 가치를 지니게 되는 것이다.

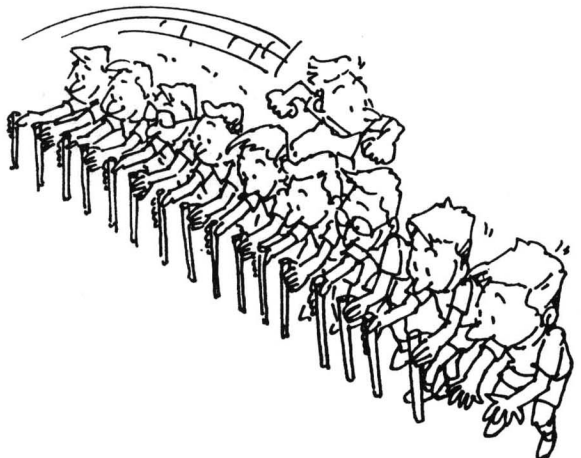
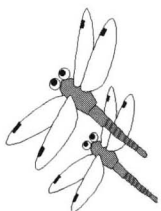


언제나 어느 곳에서나 그룹으로 즐길 수 있는 종목으로 기록에 도전하는 기쁨을 맛볼 수 있는 게임. 직장 동료들과 함께 도전해 보자!

■ 말뚝잡기

1팀이 10명 정도. 전원이 일렬로 나란히 선다. 8명이 양손에 말뚝을 잡고, 바깥쪽 2명은 아무 것도 잡지않고 나란히 선다.

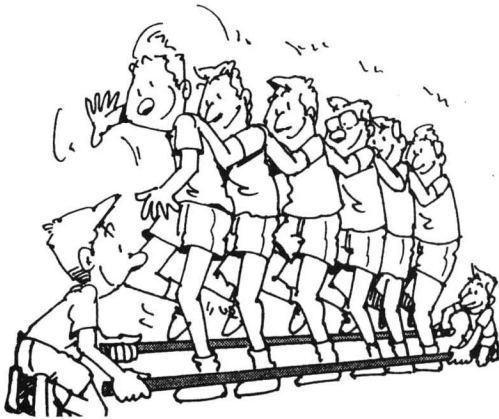
「하나, 둘, 셋」의 리듬으로 말뚝을 놓으면 동시에 옆 사람의 말뚝을 넘어뜨리지 않게 잡는다. 가장 왼쪽에 있는 사람은 반대쪽 끝자리에 가서 앉는다. 전원이 말뚝을 넘어지지 않게 몇 회를 움직이는가를 기록하여 도




전한다. 제한시간이 정해지는 것은 아니지만 3회 정도로 도전.

■ 대나무 그룹댄스

1팀이 8명 정도. 2명은 대나무를 잡고 두드린다. 「하나, 둘, 셋」 「하나, 둘, 셋」의 리듬에 맞춰 대나무, 바닥, 바닥의 순서로 대나무를 두드린다. 남은 6명은 순서대로 대나무가 바닥을 치는 동안에 한쪽 발을 대나무 사이에 넣고 뛰기. 전원이 대나무에 끼지 않고 몇 회를 뛸 수 있는가로 우승을 가린다. 제한시간은 없으나 3회 정도까지 도전.



■ 링 잡기

고무제품의 직경 10cm 정도의 원반이나 링을 이용한다. 1팀이 10명. 5명씩 2조로 나누어, 8m 간격을 두고 마주보며 나란히 선다. 전원이 고무링을 1개씩 가지고 구령과 함께 맞은편으로 링을 던진다. 전원이 실수 없이 잡으면 1회로 카운트. 몇 회를 연속하여 잡을 수 있는가로 우승을 가린다. 3회까지 도전. 



〈勞動衛生에서〉