

通信学習と併せ、集合学習3日間で資格取得ができるモデル講座開講!

公益財団法人  
日本レクリエーション協会公認資格

笑顔の連鎖を生み出す  
心の  
元気クリエイター

青森会場

総主催

公益財団法人日本レクリエーション協会

協主管

一般社団法人 青森県レクリエーション協会

# レクリエーション・インストラクター養成講座 2023年度受講者募集



今こそ役立つ  
レクリエーションの力!  
コロナ禍で  
希薄になりがちだった  
人と人の心の距離を  
取り戻す!

『介護福祉関係者、幼児教育関係者、  
放課後児童クラブ・小学校教員、  
スポーツ指導者のみなさんなど、  
これまでに45万人が取得!』

レクリエーション協会は、人々の健康で豊かな暮らしと、人々の温かなつながりを大切にしています。

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、

レクリエーション活動を用いて、人と人のコミュニケーションを無理なく促進しながら、  
一人ひとりが主体的に心を元気にするレクリエーション支援で、社会に貢献します。

レクリエーション・インストラクターは、レクリエーションの基礎資格として、  
ゲームや手あそび、歌など、さまざまなレクリエーション活動を知っているだけでなく、  
それを対象者が楽しみやすいように展開することで、人々の主体性や自己効力感(やる気)を高めていく技術、  
そして、人と人とを無理なくつなぐコミュニケーション・スキルを持っています。

TOKYO MXの情報番組「ええじゃないか!!」で  
レクリエーション・インストラクターが  
紹介されました!



レクリエーション支援によって  
期待できる効果

- 仲間づくり
- 地域のきずなづくり
- 介護予防
- 健康づくり
- コミュニケーション能力の向上
- 仲間意識やチームワークの形成
- 組織・集団の活性化
- 居心地の良い集団づくり
- QOL(生活の質)の維持向上
- 体力の維持向上
- 自己肯定感や自己効力感の向上

## ■講座の概要

通信学習（動画教材で自宅学習）＋ 集合学習（講習会全3回受講）＋ 現場実習（レクリエーション事業への参加やスタッフとしての参加）

## ■養成カリキュラム・主な学習内容

～75年の歴史が生み出す独自のメソッド～  
理論科目  
「心の元気づくり」の理論

理論に裏付けられた

“楽しい”“人とのつながり”の効用

## 実技科目・演習・実習科目

レクリエーション活動（ゲーム、手あそび、歌など）の習得

コミュニケーション・ワーク（アイスブレイキング、ホスピタリティ）

レクリエーション活動の効果的な展開方法

## 学習方法

### ■通信学習Ⅰ、Ⅱ

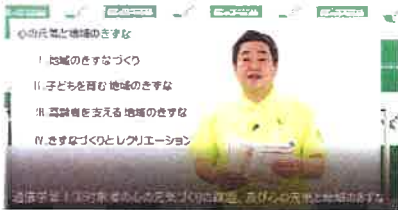
自宅で動画教材視聴しながら、課題、演習シートで学習

通信学習Ⅰ（理論科目）

…集合学習までに履修する必要があります

通信学習Ⅱ（実技・演習科目の一部）

…集合学習と連動させて学習します



## 学習教材

テキスト「楽しさをとおした心の元気づくり」

通信学習Ⅰ（理論科目）

動画教材 6本

・課題用紙

通信学習Ⅱ

（実技・演習科目の一部）

動画・課題全 17本

・演習シート



※集合学習は、各会場 10名に満たないと開催できない場合があります。

※学習教材は、開催が決定した時点で送付します。（集合学習 1か月前には決定）

## 受講料

### ■一人 16,500 円（税込）

★「ふたりで一緒に受講割」…お2人でお申込みされると1人分無料で受講できる  
各会場 10組限定

## 資格取得までの流れ



集合学習主管団体 一般社団法人 青森県レクリエーション協会

	開催日	時間	受付開始	内容	会場
第1回	9月10日(日)	10時00分～ 17時00分	9時30分	アイスブレーキング体験 モデル・プログラムの体験 レク活動の習得	青森県 総合社会教育センター
第2回	10月29日(日)	10時00分～ 17時00分	9時30分	レク活動展開方法演習 レク活動の習得 ホスピタリティ演習	青森県 総合社会教育センター
第3回	11月19日(日)	10時00分～ 17時00分	9時30分	プログラム立案支援演習	青森県 総合社会教育センター(予定) ※会場が変更となるばあいがあります

集合学習に関するお問い合わせ先

一般社団法人 青森県レクリエーション協会

電話番号 017-752-0699

メールアドレス aomoriken-reku@ksh.biglobe.ne.jp (担当:三ツ谷)

※集合学習情報など都道府県レク協会からの案内メールもお送りしますので、受信できる設定をお願いします。



資格取得者の声



レクリエーションの支援技術は、従来の保育のなかでも活かすことができ、子どもたちを飽きさせることなく、メリハリのある保育ができるようになりました。

幼稚園教諭

レクリエーションの時間を担当するのが楽しみになりました。今までは、なにかしなければならなくて憂鬱でしたが、今は、利用者のみなさんの「楽しい」時間を創ることができて、自分自身も充実しています。

デイサービス職員

介護予防事業で役立つレクリエーション活動のバリエーションが増えただけでなく、効果の根拠を意識しながら展開する力がつき、介護予防事業に参加する高齢者のみなさんにとっても喜んでもらえています。

社会福祉協議会職員

授業の始まりや、ちょっとした隙間時間に遊びを取り入れることで、子どもたちを引き付けることができ信頼関係づくりに役立っています。

小学校教諭

対象者に寄り添ったコミュニケーションの取り方ができるようになったことで、指導の場面だけでなく、仲間との関係も良くなりました。

スポーツ指導者

## お申込方法

お申込方法は3パターン。  
いずれかの方法でお申込みください。

※申込締切：各集合学習開始2週間前

### A webサイト「レクリエーションカタログ」からのお申込み（受講料支払いまで完了）



**01** 「レクリエーションカタログ」にアクセスし、会員登録をする

**02** 会員登録をしたうえで、再度「レクリエーションカタログ」にアクセスし、養成講座で希望の会場を選択 →数量1 を選択して「SHOPPING CART」をクリック。「購入手続きへ」進む

**03** 受講料の支払い  
お支払い方法は下記4つからお選びください。  
● クレジットカード  
● コンビニ  
● 銀行・ゆうちょ ATM  
● 銀行振込

### B 申込フォームからのお申込み（お申込み受付後、受講料振込のご案内をします）



**01** QRコードを読み込み、申込フォームに沿って申し込む

**02** 事務局からメール連絡が届く

**03** 受講料の支払い  
● 銀行振込

### C メールまたはFAXでのお申込み（お申込み受付後、受講料振込のご案内をします）

必要事項①～⑦の内容を、メールまたはFAXでお送りください  
①集合学習会場名 ②名前 ③住所 ④年齢 ⑤携帯番号 ⑥メールアドレス ⑦職業・活動領域 ※「ふたりで一緒に受講割」の場合はこの方法でお申し込みください 各会場10組限定

**01** → **02** 受講料の支払い  
● 銀行振込

※メール設定でドメイン指定をしている場合は@recreation.or.jpを受信できるように設定してください

## 資格取得後のフォロー

- Recrew（レクルー・レクリエーション情報誌）が年間4回届く
- レクリエーションポータルサイト「レクほ」でたくさんのレク活動を調べることができる
- 公認指導者限定の支援者動画を視聴することができる



## レクリエーション・インストラクタースキルアップ制度

レクリエーション・インストラクターが「実践力」を身につけてそれぞれの現場で活動するなかで、さらに、レクリエーション支援の方法を広める「講師力」「講師育成力」を高めていき、その力を認めていく階梯制度  
レクリエーション・インストラクター  
準中級レクリエーション・インストラクター  
中級レクリエーション・インストラクター  
準上級レクリエーション・インストラクター  
上級レクリエーション・インストラクター



# スポーツくじ



本事業は、スポーツ振興くじの助成を受けて実施しています

## 養成講座申込先・お問い合わせ先

公益財団法人 日本レクリエーション協会  
〒110-0016 東京都台東区台東1-1-14  
ANTEX24ビル7階  
TEL : 03-3834-1093 FAX : 03-3834-1095  
e-mail : jinzai@recreation.or.jp  
http://www.recreation.or.jp

