



笑顔の連鎖を生み出す心の元気クリエイター

# レクリエーション・インストラクター



## ～75年の歴史が生み出す独自のメソッド～ レクリエーション・インストラクターの主な学習内容

- 「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
- レクリエーション活動(ゲーム、手あそび、歌など)の習得
- レクリエーション活動の効果的な展開方法
- 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)

養成カリキュラム(総学習時間 60 時間)

理論科目(9 時間) 実技科目(27 時間) 演習・実習科目(24 時間)

公益財団法人 National Recreation Association of Japan  
**日本レクリエーション協会**

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、人と人と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はなく、それを対象者が楽しみやすいように展開して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がりコミュニケーション・スキルを持っています。

【宮城県レクリエーション協会での養成形態】\*NPO 法人宮城県レクリエーション協会主管 (主催: 公益財団法人日本レクリエーション協会)

### 通信学習 I II (22.5 時間分)

自宅で動画教材を視聴しながら、  
課題、演習シートで自宅学習  
通信学習 I は集合学習までに修了



### 集合学習 (5 回)

①7/22 ②8/19 ③9/2  
④9/3 ⑤10/14  
宮城県内の会場で実施の  
講習会へ参加



### 現場実習 (9 時間)

事業参加  
スタッフ参加

レク支援の理論を学ぶ  
楽しさの裏付けとなる理論とは

実技体験や演習で  
実践力を身につける

### ◎参加費 22,000 円 (税込)

ふたりで一緒に受講割...お2人でお申込みをされると1人分無料で受講できます

### ◎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 (各 10 分) ・課題用紙

通信学習 II (実技・演習科目の一部)...動画教材 9 本 (演習込みで各 90 分) ・演習シート

### ◎宮城県レクリエーション協会の問い合わせ先

住所: 仙台市青葉区昭和町 3-15 ネオプラザ北仙台 404 号室

TEL: 022-718-0951 月水金 (平日) 10 時~15 時 e-mail: info@miyagi-rec.com

### ◎宮城会場 (予定) ※日程や会場が変更となる可能性もあります

①7/22 (土) 多賀城市総合体育館 ②8/19 (土) 多賀城市総合体育館 ③9/2 (土) 松島自然の家

④9/3 (日) 松島自然の家 ⑤10/14 (土) 多賀城市総合体育館



### 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「レクぽ」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

### レクリエーション支援によって、このような効果が期待できます

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

### 資格取得までの流れ

①養成講座へ申込む (お住いの都道府県レクリエーション協会へお問い合わせ) ⇒ ②養成講座へ参加して単位を履修する (すべて集合学習で単位を履修する方法と通信学習を活用して履修する方法と形態が 2 種類あります、都道府県レクリエーション協会へお尋ねください) ⇒ ③審査会を受ける (受験料 1,000 円+税) ⇒ ④資格登録申請 (登録料 16,000 円+税) ⇒ ⑤資格証が届く

## 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 : 03-33834-1095 e-mail : jinzai@recreation.or.jp

http://www.recreation.or.jp

