

2019年度

# レクリエーション・インストラクター 養成講習会

インストラクターは「楽しさをとおした心の元気づくり」を手助けします！

参加者  
募集！

この講習会を受講すると…

## レク活動プログラムの習得と活用方法

ゲームやクラフト、ニュースポーツの体験  
や展開の方法が学べます。



## 対象者・目的に合わせた計画的なプログラムの立案と演習

対象者が主体的に楽しめるレク活動を選択し、プログラム  
を立案する場面を想定した演習により実践力が高まります。

## コミュニケーション能力を高める学習

信頼関係を築く「ホスピタリティ」とあたたかい雰囲気  
をつくり出す「アイスブレーキング」の手法を学べます。



公益財団法人日本レクリエーション協会では、レクリエーションという言葉の主旨（目的）を「心  
を元気にすること」と定義しています。人はどのような時に楽しさを感じるのか、その楽しさがどのように心を元気にして、気持ちや行動に変化を起こすのかなど、人々の心の元気づくりを支える方法や技術を、理論・実技・演習をとおして学びます。

レクリエーション活動が活かされる領域・場面は多岐にわたっています。子どもから高齢者までの  
教育分野や福祉分野の施設や地域の事業などで、全国で約8万人のレクリエーション・インストラク  
ターが活躍しています。

**日時** 2019年9月7日(土)・10月5日(土)・11月9日(土)・10日(日)・12月7日(土)

2020年1月18日(土)・2月1日(土)・2月15日(土) ※9時～16時30分

**会場** 栃木県総合教育センター(宇都宮市) 足利市生涯学習センター(足利市)

**受講料** 28,000円(8回シリーズ参加費) ペア割引あり / 4,000円(1日の参加費)

**対象** 地域・職場等の指導者、教員、保育士、社会福祉施設職員等、レク活動に興味のある方

**定員** 30名 (定員になり次第 締め切らせていただきます。)

**〆切** 2019年8月28日(水) ※締切後も受講可能です。単発の参加は随時受け付けます。

**主催** 栃木県レクリエーション協会 **後援** 栃木県教育委員会 (公財)栃木県体育協会 (社福)栃木県社会福祉協議会

**協力** 足利市レクリエーション協会 ※詳細については、次ページをご覧下さい。

講義内容

※受付は9時より 終了時間は16時30分を予定しています。

月日(曜)	会場	時間	学習内容	科目
1	9月 7日(土) 足利市生涯学習センター	9:30	★開講式 ○レクリエーションの魅力体験！	
		11:00	◎レクリエーションって何ですか	1-1
		13:30	◎楽しさを通して学ぶ心の元気づくり	2-1
		15:00	◎地域のきずなづくりとレクリエーション	2-2
2	10月 5日(土) 足利市生涯学習センター	9:30	◎ホスピタリティって何ですか	3-1
		11:00	○ホスピタリティの体験的理	4-1
		13:30	○気持ちをひとつにするコミュニケーション技術	4-2
		15:00	○歌うよろこび体験 (あそび歌・手あそび等)	5-1
3	11月 9日(土) 足利市生涯学習センター	9:30	○アイスブレーキングで楽しく	4-3
		11:00	◎アイスブレーキングって何ですか	3-2
		13:30	○アイスブレーキングの効果を高めて集団づくり	4-4
		15:00	◆楽しむための安全への配慮と工夫	6-1
4	11月 10日(日) 足利市生涯学習センター	9:30	◎自主的、主体的にレク活動を楽しむ力を育む理論	3-3
		11:00	○楽しむ力を高める目標設定の方法 (ハードル設定の習得)	4-5
		13:30	○レク活動を対象者に合わせる方法 (アレンジ法の習得)	4-6
		15:00	○対象者の相互作用を促進するコミュニケーション技術の活用方法 (CSSプロセスの習得)	4-7
5	12月 7日(土) 栃木県総合教育センター	9:30	○自主的、主体的に楽しむ力を育むレク活動展開演習	4-8
		11:00	○子どもを対象としたモデルプログラムを体験	5-2
		13:30	○高齢者を対象としたモデルプログラムを体験	5-3
		15:00	○クラフトで広がる心の元気づくり体験	5-4
6	1月 18日(土) 栃木県総合教育センター	9:30	◆レク支援プログラムの作り方	6-2
		11:00	◆レク支援プログラムを作つてみよう①	6-3
		13:30	◆レク支援プログラムを作つてみよう②	6-4
		15:00	◆プログラムを使ってレク指導体験をしよう①②	6-5・6
7	2月 1日(土) 足利市生涯学習センター	別計画	○あそびの達人のレク支援技術を学ぼう ・スポーツチャン・クラフト・ニュースポーツ ・ネイチャーゲーム・太極拳など ※遊びのフリーマーケットと合同開催	5-5 ~ 5-10
8	2月 15日(土) 足利市生涯学習センター	9:30	◆レクリエーションプログラムの体験	6-7
		11:00	◆レクリエーションプログラム発表会	6-8
		13:30	◆総合演習	6-9
		15:00	◆ふりかえり 受講者へのメッセージ	6-10
		16:30	★閉講式	

◎理論 ○実技 ◆演習

■ 現場実習(9時間) スタッフ参加2回以上を含む3回以上の参加が必要

(スタッフ参加:スタッフとして事業に参加 事業参加:参加者として事業に参加)

※県内で年間をとおして行われます。随時ご案内します。参加費が別途かかる場合もあります。

○2020年 6月 6日(土) レクリエーション・インストラクター選考試験 (予定)

○2020年 9月 7日(土) レクリエーション・インストラクター資格証授与式 (予定)

## 受講料

- 全日程申込 28,000円（全8回の養成講習会の受講料）  
25,000円（全日程参加申込みの方で、2人で申し込んだ場合の受講料）  
※全日程申込みの方は、テキスト（2,000円）付き  
○1回ごとの申込み 1日に付き 4,000円（テキストは別途購入していただきます。）

## 申込方法

- ①栃木県レクリエーション協会に電話し、受講が可能か確認する。
- ②下記の様式に記入して、FAXか郵送する。メールでも可能です。
- ③参加費を振り込む。現金書留、又は  
ゆうちょ銀行振替 口座番号 00300-6-9746  
加入者名 栃木県レクリエーション協会
- ④申込み完了です。講習会開催の1週間前までに案内のはがき又はメールをお送りします。

## しめきり

2019年8月28日（水）締切後も受講可能です。  
1回ごとの申込みは、各講座の1週間前まで受け付けます。

## よくある問合せ

- Q 31年度にすべての回が受講できない場合や、年度途中から受講した場合の履修方法は？  
A 次年度以降に持ち越して受講できます。1回毎の受講申込みをしていただきます。
- Q 全日程受講で申し込んだけど、どうしても参加できない回が発生した場合は？  
A 全日程受講の権利は翌年度まで有効です。次年度のみ無料で受講できます。
- Q 翌年度の日程はいつ頃わかるか？  
A その年の3月頃にわかります。

## 受講者の声

- レクリエーションの目的が「心を元気にする」であることを実感しました。 施設職員  
○人とのコミュニケーションがうまく取れるようになったと感じます。 地域活動者  
○学級づくりにレクリエーションはとても有効だと感じました。 小学校教諭  
○たくさんの遊び（ゲーム・クラスト・ニュースポーツなど）を知ることが出来ました。 幼稚園教諭  
○デイサービスのレク活動の幅が広がり、展開の仕方や働きかけに自信が持てました。 福祉施設職員  
○受講を通してたくさんの仲間ができ、毎日が楽しくなりました。 地域活動者

## 会場

### <5・6・8回>

栃木県総合教育センター 会議室  
〒320-0002 宇都宮市瓦谷町1070  
TEL: 028-665-7200

### <1・2・3・4・7回>

足利市生涯学習センター 会議室  
〒326-0052 足利市相生町1-1  
TEL: 0284-43-1311

## お問い合わせ・申込先

栃木県レクリエーション協会 事務局

〒320-0057 栃木県宇都宮市中戸祭1-6-3 スポーツ会館内

電話028-650-3330 fax028-650-3331 E-mail [rec-tochigi@h2.dion.ne.jp](mailto:rec-tochigi@h2.dion.ne.jp)

2019年度 栃木県レクリエーションインストラクター養成講習会

FAX 受講申込書

FAX 028-650-3331

申込日 ( 月 日)

受講の形態 ※該当するところに印をつけてください。

全日程申込 28,000円

全日程ペア割申込 2人で 50,000円 ※2人分あわせて振り込んでください。

1回ごとの申込 4,000円 (1回につき)

※受講される回に○をつけてください。(資格取得の方は1コマ1,000円)

第1回 9/7	第2回 10/5	第3回 11/9	第4回 11/10	第5回 12/7	第6回 1/18	第7回 2/1	第8回 2/15
4,000円	4,000円	4,000円	4,000円	4,000円	4,000円	4,000円	4,000円

氏名	性別	年齢
住所	〒	
電話番号 (携帯)		
勤務先	活動 領域	
受講料振込 確認の連絡先		

※受講料をお振り込みいただいた時点で申込み完了です。FAX・メールなど連絡先を記入してください。

【ペア割り用】

氏名	性別	年齢
住所	〒	
電話番号 (携帯)		
勤務先	活動 領域	

※お申し込みいただきました個人情報は、本研修に関する連絡のみに利用させていただきます