

### お申込方法 申込み締切は、集合学習スタートの2週間前

以下のいずれかの方法でお申込みください。  
お申込み受付後、受講料振込のご案内メールをお送りします。受講料の振込が確認できた時点で受講申込み完了となります。

#### ▶ 申込フォームからのお申込みの場合

<b>1</b>	 QRコードを読み込み、申込フォームに沿って申し込む	<b>2</b>	事務局からのメール連絡が届く	<b>3</b>	受講料の振込
----------	---	----------	----------------	----------	--------

#### ▶ メールまたはFAXでのお申込みの場合 (ふたりで一緒に受講割の場合はこの方法で2人同時にお申し込みください)

メールアドレス：jinzai@recreation.or.jp      ファックス番号：03-3834-1095

<b>1</b>	メールまたはFAXで 必要事項①～⑦の内容を送る 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活動領域 (職業等)	<b>2</b>	事務局からのメール連絡が届く	<b>3</b>	受講料の振込
----------	--	----------	----------------	----------	--------

※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をお願いします。

### 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「レクぼ」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。



## 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  
〒111-0053 東京都台東区浅草橋 1 丁目 9-16  
日東ビル7階

電話：03-3834-1093    ファックス：03-3834-1095  
e-mail：jinzai@recreation.or.jp    https://recreation.or.jp

公益財団法人日本レクリエーション協会公認資格

みんなが笑顔になる  
集団づくりの  
ポイントが  
わかる！

楽しいレク活動と  
理論に裏付けられた  
支援の技術が  
身につく

「楽しさ」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 養成講座

遊びで  
子どもたちの  
可能性を  
引き出したい！

高齢者の  
心と身体の  
健康づくりを  
支援したい！

[2026年度]  
受講者募集

通信学習 + 集合学習

### レクリエーション・インストラクターとは

これまでに45万人が取得！75年の歴史が生み出すメソッド  
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)は「心を元気にすること」。  
レクリエーション・インストラクターは、ゲームや歌などの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させながら、一人ひとりの心の元気づくりを支援する人材です。  
たくさんのレクリエーション活動(ゲームや歌、遊び)を知っていて、それを使いこなして課題にアプローチ。  
人と関わる業種の方、地域でボランティア活動をしている方、  
社会貢献したいと思っている方にぜひ取得いただきたい資格です。

主催 日本レクリエーション協会 共催 奈良県レクリエーション協会

## 学習方法・カリキュラム



### 2つの通信学習

#### 通信(自宅)学習Ⅰ(理論科目) 3科目6コマ

自宅で動画を視聴して、  
学習課題に取り組む

※集合学習前に日本レク協会へ提出

#### 通信学習Ⅱ(実技・演習科目の一部) 3科目17コマ

集合学習と連動させ、自宅で動画・学習課題を  
活用して、集合学習の予習・復習に取り組む

### 集合学習

3日間の集合学習へ参加

※各会場20名に満たないと開催できない場合があります。  
開催の有無は集合学習開催1か月前には決定します。

### 現場学習

事業参加1回、スタッフ参加1回(集合学習で案内  
する事業へ参加)

### カリキュラム

- 理論科目(3科目)
- 実技科目(2科目)
- 演習(1科目)
- 実習(2回)

## 主な学習内容(概要)

- 「心の元気づくり」の理論
- 理論に裏付けられた支援技術
- レクリエーション活動(ゲーム、手あそび、歌など)  
を効果的な展開方法と併せて習得
- 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)

## 受講料

▶18,700円(税込)

### ふたりで一緒に受講割

2人一緒のお申込みで1名分受講料無料  
(各会場先着10組限定)

※受講料を振り込まれてからのキャンセルについては、手数料  
1,000円を申受けます(教材送付前)

※教材を送付してからのキャンセルについては  
受講料の返金はありませぬ

ぜひご利用  
ください!

## 学習教材

- テキスト「楽しさをおした心の元気づくり」
- 通信(自宅)学習Ⅰ(理論科目)学習課題(動画付き)
- 通信(自宅)学習Ⅱ(実技・演習科目の一部)  
学習課題シート(動画付き)



## 資格取得までの流れ

- 養成講座へ申込み**  
(申込方法は裏面参照)
- 教材が届く**  
※集合学習開催決定後の教材送付となります
- 通信学習に取り組む**  
まずは通信学習Ⅰを日本レク協会へ提出
- 通信学習Ⅱに取り組む**  
集合学習・現場学習に参加する
- 審査会を受ける**  
受験料1,100円(税込)
- 資格登録申請**  
登録料17,600円(税込)
- 資格証が届く**

## 集合学習情報

	開催日	時間	受付開始	内容	会場
第1回	9月6日(日)	9:10~16:30	9:00	アイスブレイキング体験、 レク活動の習得	奈良県社会福祉総合センター
第2回	10月4日(日)	9:15~16:05	9:00	レク活動展開方法演習、ホスピタ リティ演習、レク活動の習得	奈良県社会福祉総合センター
第3回	11月8日(日)	9:15~14:35	9:00	支援演習	奈良県社会福祉総合センター

### 集合学習に ついでの お問い合わせ先

奈良県レクリエーション協会

電話番号：080-5402-5711

メールアドレス：chisato7@m3.kcn.ne.jp

## 資格取得者の声



### デイサービス職員

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。



### 小学校教諭

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。



### 幼稚園教諭

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、子どもたちに  
飽きさせずメリハリのある保育  
ができるようになりました。



### 教室運営・指導者

生徒が集まった時や空き時間を  
楽しさで演出したり、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。



### 社会福祉協議会職員

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。



## 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!

メディアでも紹介!!