

令和8年度

# スポーツ・レクリエーションスクール

一般社団法人新潟県レクリエーション協会は、公益財団法人日本レクリエーションのカリキュラムに則って公認指導者の養成講座を開催し、幅広い分野で活躍できる指導者を養成しています。また、短期間で取得できる新潟県独自の指導者養成講座も以下の通り行っています。

公益財団法人日本レクリエーション協会公認指導者資格 Aコース

一般社団法人新潟県レクリエーション協会公認指導者資格 Bコース Cコース Dコース

このスクールでしか学べない知識と技術を習得していただき、様々なフィールドでの活躍と指導者のサークル化を目指しています。

## A. レクリエーション・インストラクター養成コース

ゲームや歌、集団遊び、スポーツといったアクティビティを効果的に活用し、「集団をリードする」「コミュニケーションを促進する」「楽しい空間をつくる」など、対象や目的に合わせてプログラムを企画・展開できる指導者です。

※（公財）健康・体力事業財団の健康運動実践指導者の受験資格に該当する資格です  
活躍フィールド

介護福祉士 社会福祉士 ケアマネージャー 学校教諭  
ホームヘルパー 社会福祉施設職員 スポーツ指導者  
保育士・幼稚園教諭 学童保育支援員 茶の間支援員



## B. チャレンジ・スポーツ指導者養成コース

新潟県レクリエーション協会独自の資格取得のコースです。上記のインストラクターやスポーツ・レクリエーション指導者には「今一步踏み出せない」といった方にお勧めです。学んだ技術は、全て公益財団法人日本レクリエーション協会の資格単位として活かすことができます。

活躍フィールド

介護福祉士 スポーツボランティア 茶の間支援員  
学童保育支援員など



## C. レク式体力チェック普及指導員養成コース

新潟県レクリエーション協会が考案した、「いつでも、だれでも、楽しく、簡単に」できる体力テストの普及指導員養成コースです。個人や団体の体力を把握し、運動・レクリエーション活動の動機付けや企業における健康経営の第一歩として活用することができます。現在、全国で4,000名を超える方が資格を取得し活動しています。

活躍フィールド

スポーツ指導委員 総合型スポーツクラブ関係者 保育士・  
幼稚園教諭 学校教諭 学童保育支援員など



## D. チャレンジ・ザ・ゲーム普及指導員養成コース

「いつでも、だれでも、楽しく、簡単に」できるスポーツをとおして健康・体力・仲間づくりを目指す普及指導員養成コースです。昨年度から積極的に活動しています。

活躍フィールド

スポーツ指導委員、総合型スポーツクラブ関係者 学校教諭  
企業レク担当者

主催 一般社団法人新潟県レクリエーション協会  
共催 新潟県障害者スポーツ協会  
後援 新潟県 公益財団法人日本レクリエーション協会



## 1.各コースについて

### A：レクリエーション・インストラクター養成コース

公益社団法人日本レクリエーション協会公認資格で、学習過程全60時間（左記日程の講座51時間と現場実習9時間）のカリキュラムにて資格取得を目指します。

### B：チャレンジ・スポーツ指導者コース

当協会独自の資格で、当協会が発案したスポーツ種目や日本レクリエーション協会が推奨する種目など幼児から高齢者までの様々な事業に活用できる種目を学びます。1種目2時間で資格取得を目指します。

### C：レク式体力チェック普及指導員養成コース

当協会独自の資格で、日常生活の中で気軽に行える体力測定により幼児から高齢者までの健康・体力・運動能力向上事業に活用できる種目を学びます。受講3～4時間で資格取得を目指します。

### D：チャレンジ・ザ・ゲーム普及指導員養成コース

健康・体力・仲間づくりを目指して、日本記録に挑戦する。大会を企画、運営、指導、審判する指導者を養成します。小・中学生の体づくりの運動や放課後支援活動として活用できることから昨年度より各所で3時間の養成講座が始まりました。

※各コースの講師は、レクリエーション資格を有する講師やカリキュラム内容に適する講師です。

## 2.お申込み 18歳以上であれば、受講可能です

### A・B・C・Dコース共通

裏面の申込書でお申込みください。不明な点は、問合せ先 新潟県レクリエーション協会までお願いします。

### 3.定員 A・B・C・Dコースとも30名 定員になり次第締め切ります。

### 4.受講免除（講習の一部が免除）

（公財）日本レクリエーション協会の加盟団体が発行する指導者資格、野外活動4団体の資格、（公財）日本スポーツ協会や（公財）健康・体力づくり事業財団が発行する資格、音楽・美術・体育・技術の中学校以上の教員免許、救急法に関する認定証および認定資格者。その他にレク式体力チェック普及指導員、チャレンジ・スポーツ普及指導員、チャレンジ・ザ・ゲーム普及指導員等、該当の有資格者をご相談ください。

## 5.受講料

### A. レクリエーション・インストラクター養成コース

#### ①全日程受講（テキスト、学習支援運営費含む）

- ・一般 20,000円
- ・学割 15,000円 大学・専修・各種学校の学生
- ・レク有資格者※1 必修科目を受講 10,000円

#### ②科目受講

- ・一般 1科目につき 1,000円
- ・レク有資格者※1 1科目につき 500円

その他

◎取得した単位は2年間有効です。

やむを得ず受講できない場合は、次年度の受講となります。  
事務局へご相談ください。

◎選考試験受験料（税込1,000円 希望者）

- ・日レク協会への登録料初回2カ年分（税込17,600円 希望者）
- ・現場実習での受け入れ先事業の参加費  
（無料～2,000円等受け入れ先による）
- ・レク式体力チェック普及指導員認定証（税込み1,000円 希望者）

Aコースの「レク式体力チェック」の講座で取得可能

### B. D 指導者養成コース

- ・レクインストラクター有資格者※1  
及び普及指導員有資格者  
一般 1,000円 レク有資格者 500円
- 取得した資格の単位は、今後レクリエーションインストラクターやスポーツ・レクリエーション指導者養成講座を受講する際に免除の対象となります。

### C. レク式体力チェック普及指導員養成コース

- ・受講料 一般1,000円（認定料、資料代込）  
レク式体力チェック有資格者・再受講 500円

※1 レクリエーションインストラクター有資格者とは、  
（公財）日本レクリエーション協会が発行する  
公認指導者資格のことです。

- ・納入した受講料は、いかなる理由でも返金できません。
- ・持ち物等は、筆記用具、動きやすい服装、  
テキスト（A・Bコースのテキストは初回で配布）、  
A・Bコースは運動できる内履き、昼食など必要です。

# スポーツ・レクリエーションスクール 申込用紙

申込日 令和 8年 月 日

ふりがな				生 年 月 日
氏 名				昭和 平成 年 月 日
連絡先	住所 〒			
	TEL		携 帯	
	メール			
受講免除資格	受講免除となる資格を保有している方は、資格名をご記入ください。 受講の際は、資格証などの複製が必要です。			
職 業 学校名	勤務先名・学校名  TEL			
受講希望 コース	希望コースに○印 Aコース レクリエーション・インストラクター ( ) Bコース チャレンジ・スポーツ指導者 ( ) Cコース レク式体力チェック普及指導員 ( ) Dコース チャレンジ・ザ・ゲーム普及指導員 ( )			
Aコースを 選択の方	① 全日程受講 (該当に○印) ( ) 一般 ( ) 学生 ( ) 新潟県レクリエーション協会主催の各種講座履修者 履修した年と会場 年 会場 講座名 ( ) レク有資格者 保有資格名 保有資格名 ② 科目受講 月 日 講座内容			
B・Dコースを 選択の方	受講希望の普及指導員名 月 日 普及指導員 月 日 普及指導員			

※ BCDコース希望の方は、詳細際について下記までお問合せ先に連絡してください。

(本申込書にていただいた個人情報は適正に管理、保護し、目的以外の利用や第三者への情報提供は行いません)

受付年月日 令和 8年 月 日



**お問合せ先**

一般社団法人新潟県レクリエーション協会 事務局  
〒950-0933 新潟市中央区清五郎67-12 デンカビッグスワンスタジアム内  
TEL 025-287-8709 FAX 025-287-8710  
E-Mail n-kenrec@cap.ocn.ne.jp  
HP URL <http://www.niigata-rec.com/>



当会ホームページ  
QRコード

# 新 潟 地 区 開 催

会 場	期 日	時 間	講 座 内 容
JAPANサッカーカレッジ	5月16日(土)	9:00~9:20	開講式 オリエンテーション
		9:30~11:00	1 レクリエーションとレクリエーションインストラクターとは
		11:10~12:40	2-I 楽しさを通じた心の元気づくり
		13:20~14:50	2-II 心の元気と地域のきずな
	5月17日(日)	15:00~16:30	3-I 信頼関係づくりの理論
		9:30~11:00	3-II 良好な集団づくりの理論
		11:10~12:40	3-III 自主的、主体的に楽しむ力を育む理論
		13:20~14:50	4-III-1 自主的、主体的に楽しむ力 活動の展開法1
JAPANサッカーカレッジ	5月30日(土)	15:00~16:30	4-III-2 自主的、主体的に楽しむ力 活動の展開法2
		9:30~11:00	4-I-1 信頼関係づくりの方法・ホスピタリティ1
		11:10~12:40	4-I-2 信頼関係づくりの方法・ホスピタリティ2
		13:20~14:50	4-II-1 良好な集団づくりの方法・アイスブレイキング1
	5月31日(日)	15:00~16:30	4-II-2 良好な集団づくりの方法・アイスブレイキング2
		9:30~11:00	5-II-1 個々の活動 リズム・エクササイズ
		11:10~12:40	5-II-2 個々の活動 リズム・エクササイズ(体づくり)
		13:20~14:50	4-III-3 自主的、主体的に楽しむ力 活動の展開法3
上越カルチャーセンター	6月13日(土)	15:00~16:30	4-III-4 自主的、主体的に楽しむ力 活動の展開法4
		9:30~11:00	5-II-3 個々の活動 チャレンジ・スポーツ
		11:10~12:40	5-II-4 個々の活動 チャレンジ・スポーツ
		13:20~14:50	5-II-5 個々の活動 チャレンジ・ザ・ゲーム
JAPANサッカーカレッジ	6月14日(日)	15:00~16:30	5-II-6 個々の活動 チャレンジ・ザ・ゲーム
		9:30~11:00	5-I-1 モデルプログラムの習得 演習 高齢者 障がい者
		11:10~12:40	5-I-2 モデルプログラムの習得 演習 子ども
		13:20~14:50	6-I リスクマネジメントの方法
西川地区公民館	6月21日(日)	15:00~16:30	6-III-1 レク支援の実施
		9:30~11:00	5-II-7 個々の活動 船橋伝統芸能体験
		11:10~12:40	5-II-8 個々の活動 船橋伝統芸能体験
		13:20~14:50	6-III-2 レク支援の実施 レク式体力チェック 一般・高齢者
JAPANサッカーカレッジ	6月27日(土)	15:00~16:30	6-III-3 レク支援の実施 レク式体力チェック 幼児・子ども
		9:30~11:00	6-III-4 レク支援の実施(子どものプログラム 用具の工夫)
		11:10~12:40	6-II-1 プログラムの立案方法(4.5Hのうち課題学習3H含む)
		13:20~14:50	6-III-5 レク支援の実施(実践演習)
		15:00~16:30	6-III-6 レク支援の実施(実践演習)
		16:30~16:50	閉講式 修了証授与

※自宅学習3Hを含みます。

**B. チャレンジ・スポーツ指導者養成コース**  
ご希望の方は、おしらせください。

**D. チャレンジ・ザ・ゲーム普及指導員養成コース**  
ご希望の方は、おしらせください。

(注) レクリエーション・インストラクターやスポーツ・レクリエーション指導者の資格を失効された方で再取得を希望される場合は事務局にお問い合わせください。

## C. レク式体力チェック普及指導員養成コース

時間	講座内容
4.0	レク式体力チェック（一般・幼児運動能力チェック）の考え方 レク式体力チェック（一般・幼児運動能力チェック）の種目 レク式体力チェック（一般・幼児運動能力チェック）の方法と評価 レク式体力チェック（一般・幼児運動能力チェック）のデータ処理と活用

当協会が考案した120種目の中から開催希望団体の要望に応じて講習を進めています。測定データは、「レク式体力チェック支援ソフト」のシステムでコンピューター処理し体力の変化をみることができます。また、このソフトの販売も行っており市・町・全域で健康増進活動へ取り入れられます。

### 1.各コースについて

#### A：レクリエーション・インストラクター養成コース

公益社団法人日本レクリエーション協会公認資格で、学習過程全60時間（左記日程の講座51時間と現場実習9時間）のカリキュラムにて資格取得を目指します。

#### B：チャレンジ・スポーツ指導者コース

当協会独自の資格で、当協会が考案したスポーツ・レクリエーション種目や日本レクリエーション協会が推奨する種目など幼児から高齢者までの様々な場面で活用できる種目を学びます。1種目2時間で資格取得を目指します。

#### C：レク式体力チェック普及指導員養成コース

当協会独自の資格で、日常生活の中で気軽に行える体力測定により幼児から高齢者までの健康・体力・運動能力向上事業に活用できる種目を学びます。受講3～4時間で資格取得を目指します。

#### D：チャレンジ・ザ・ゲーム普及指導員養成コース

健康・体力・仲間づくりを目指して、日本記録に挑戦する。大会を企画、運営、指導、審判する指導者を養成します。小・中学生の「体づくりの運動」や放課後支援活動として活用できることから令和5年度より各地で3時間の養成講座が始まりました。

※各コースの講師は、レクリエーション資格を有する講師やカリキュラム内容に適する講師です。

### 2.お申込み 18歳以上であれば、受講可能です

#### A・B・C・Dコース共通

裏面の申込書でお申込みください。不明な点は、問合せ先 新潟県レクリエーション協会までお願いします。

#### 3.定員 A・B・C・Dコースとも30名 定員になり次第締め切ります。

#### 4.受講免除（講習の一部が免除）

（公財）日本レクリエーション協会の加盟団体が発行する指導者資格、野外活動4団体の資格、（公財）日本スポーツ協会や（公財）健康・体力づくり事業財団が発行する資格、音楽・美術・体育・技術の中学校以上の教員免許、救急法に関する認定証および認定資格者。その他にレク式体力チェック普及指導員、チャレンジ・スポーツ普及指導員、チャレンジ・ザ・ゲーム普及指導員等、該当の有資格者をご相談ください。

#### 5.受講料

##### A. レクリエーション・インストラクター養成コース

①全日程受講（テキスト、学習支援運営費含む）

- ・一般 20,000円
- ・学割 15,000円 大学・専修・各種学校の学生
- ・レク有資格者※1 必修科目を受講 10,000円

②科目受講

- ・一般 1科目につき 1,000円
- ・レク有資格者※1 1科目につき 500円

その他

◎取得した単位は2年間有効です。

やむを得ず受講できない場合は、次年度の受講となります。事務局へご相談ください。

◎選考試験受験料（税込1,000円）

- ・日レク協会への登録料初回2カ年分（税込17,600円）
- ・現場実習での受け入れ先事業の参加費（無料～2,000円等受け入れ先による）
- ・レク式体力チェック普及指導員認定証 1,000円 希望者のみ  
Aコースの「レク式体力チェック」の講座で取得可能

##### B. D 指導者養成コース

- ・レクインストラクター有資格者※1  
及び普及指導員有資格者  
一般 1,000円 レク有資格者 500円  
取得した資格の単位は、今後レクリエーションインストラクターやスポーツ・レクリエーション指導者養成講座を受講する際に免除の対象となります。

##### C. レク式体力チェック普及指導員養成コース

- ・受講料 一般1,000円（認定料、資料代込）  
レク式体力チェック有資格者・再受講 500円

※1 レクリエーションインストラクター有資格者とは、（公財）日本レクリエーション協会が発行する公認指導者資格のことです。

- ・納入した受講料は、いかなる理由でも返金できません。
- ・持ち物等は、筆記用具、動きやすい服装、テキスト（A・Bコースのテキストは初回で配布）、A・Bコースは運動できる内履き、昼食など必要です。