

熱意

(一社)岡山県レクリエーション協会

元気

2026

# 心と体の元気塾

楽しさをとおして心を元気にする  
レクリエーションの実践力を身につけよう

この講習会を受講すれば(公財)日本レクリエーション協会公認のレクリエーション・インストラクターの受験資格が得られます。

福祉の現場で  
介護予防・認知症  
予防に役立つ!!

好奇心

子育て支援の現場で  
親子を元気にする!!



定員

1講座 20名  
(レクリエーションに関心のある方)

受講料

1講座 1,000円(税込)  
(当日受付でお支払い下さい 1講座から受講可)  
有資格者の方は半額で受講可

講師

(公財)日本レクリエーション協会公認指導者 他

申込先

チラシ裏面の申込用紙をFAXまたは郵便、メールでお送りください。ホームページから直接申込みもできます。申込みは開催日の1週間前までをお願いします。

主催



一般社団法人  
岡山県レクリエーション協会  
OKAYAMA RECREATION ASSOCIATION

共催 (公財)岡山県スポーツ協会

〒700-0012 岡山市北区いずみ町2-1-11 陸上競技場1F  
Tel: 086-253-7545 FAX: 086-250-9310  
Eメール: info@oka-rec.com Web: https://oka-rec.com



回数	期日/会場	時間	内 容	希望講座に○
第1回	6月14日(日) きらめきプラザ	9:30-11:00	はじめまして!レクリエーションと仲間との出会い	1
		11:00-12:30	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 <sup>理</sup>	2
		13:00-14:30	良好な集団づくりの方法1 <sup>実</sup>	3
		14:30-16:00	個々の活動習得1 <sup>実</sup> 楽しさと心の元気づくり理論 <sup>理</sup>	4
第2回	6月28日(日) きらめきプラザ	9:30-11:00	レクリエーションで心の元気づくりを	5
		11:00-12:30	自主的、主体的に楽しむ力を育む理論 <sup>理</sup>	6
		13:00-14:30	自主的、主体的に楽しむ力を育む展開方法1 <sup>実</sup>	7
		14:30-16:00	モデルプログラムの習得1 <sup>実</sup> 個々の活動習得2 <sup>実</sup>	8
第3回	7月12日(日) きらめきプラザ	9:30-11:00	仲間づくりを促す支援の方法	9
		11:00-12:30	個々の活動習得3 <sup>実</sup>	10
		13:00-14:30	個々の活動習得4 <sup>実</sup> 良好な集団づくりの方法2 <sup>実</sup>	11
		14:30-16:00	自主的、主体的に楽しむ力を育む展開方法2 <sup>実</sup>	12
第4回	7月26日(日) きらめきプラザ	9:30-11:00	対象者の自信とやる気を引き出そう	13
		11:00-12:30	信頼関係づくりの理論 <sup>理</sup>	14
		13:00-14:30	信頼関係づくりの方法ホスピタリティ1 <sup>実</sup>	15
		14:30-16:00	良好な集団づくりの理論 <sup>理</sup> モデルプログラムの習得2 <sup>実</sup>	16
第5回	8月23日(日) 岡山商科大学	9:30-11:00	あたたかい人と人との交流	17
		11:00-12:30	個々の活動習得5 <sup>実</sup>	18
		13:00-14:30	個々の活動習得6 <sup>実</sup> 個々の活動習得7 <sup>実</sup>	19
		14:30-16:00	個々の活動習得8 <sup>実</sup>	20
第6回	9月6日(日) グラウンドクラブ	9:30-11:00	楽しいを実感するレクリエーション	21
		11:00-12:30	信頼関係づくりの方法ホスピタリティ2 <sup>実</sup>	22
		13:00-14:30	対象者の心の元気づくりの課題、心の元気と地域のきずな <sup>理</sup>	23
		14:30-16:00	自主的、主体的に楽しむ力を育む展開方法3 <sup>実</sup> 自主的、主体的に楽しむ力を育む展開方法4 <sup>実</sup>	24
第7回	10月4日(日) きらめきプラザ	9:30-11:00	プログラムの立案1&実習①	25
		11:00-12:30	リスクマネジメントの方法 <sup>演</sup>	
		13:00-14:30	プログラムの立案1 <sup>演</sup> レクリエーション支援の実施1 <sup>演</sup>	
		14:30-16:00	レクリエーション支援の実施2 <sup>演</sup>	
第8回	10月18日(日) グラウンドクラブ	9:30-11:00	プログラムの立案2&実習②	26
		11:00-12:30	プログラムの立案2 <sup>演</sup> レクリエーション支援の実施3 <sup>演</sup>	
		13:00-14:30	レクリエーション支援の実施4 <sup>演</sup>	
第9回	11月1日(日) きらめきプラザ	9:30-11:00	プログラムの立案3&実習③	27
		11:00-12:30	プログラムの立案3 <sup>演</sup> レクリエーション支援の実施5 <sup>演</sup>	
		13:00-14:30	レクリエーション支援の実施6 <sup>演</sup>	

1. 表中の記号<sup>実</sup>は実技講座、<sup>理</sup>は理論講座、<sup>演</sup>は演習を表しています。
2. 希望講座に○をつけてください。ただし、演習については、(公財)日本レクリエーション協会公認のレクリエーション・インストラクター養成カリキュラムで定められた所定の実技と理論の講座を全て修了した方のみが受講できます。  
受講する場合には、開催回毎にセットで受講してください。
3. 受講料は、開催会場で当日分をお支払いください。
4. レクリエーション・インストラクター資格の取得を希望される場合は、別途テキスト代が必要です。(1,800円)
5. 講師の都合により、講座内容が変更される場合がありますので、ホームページで事前にご確認ください。

申込年月日			
申込者	ふりがな		
	氏名	生年月日	性別
	住所		
	連絡先	自宅	携帯