



きっと見つかる本当の自分

公益財団法人福島県スポーツ振興基金助成事業

福島市レクリエーション・ カレッジ2026\参加者募集/

この講習会は、レクリエーションを学ぼうと考えている「あなた」が
実際にレクリエーションを学んで現場に立った時、
あなたの目の前にいる「**参加者の『笑顔』**」のために役立つ
「実践力」を身に付けていただくために開催します。

- **会場** • 福島市中央学習センター(予定)ほか
- **開催日(予定)** • 令和8年3月1日~6月14日
全8回 各回日曜日

1日だけの
単発での参加や
有資格者の
フォローアップ
受講も可能



福島市レクリエーション・カレッジ2026 募集要項

・ 参加者および予定人数 ・

- 1 地域サロンなどで介護予防に関する方
- 2 地域・職域などのレクリエーション活動担当者
- 3 保育士・幼稚園教諭ほか教員等の教育関係者
- 4 社会教育施設等の職員、行政関係者
- 5 子どもや子育てに関する方
- 6 地域・福祉などの領域でレクリエーションボランティアをめざす方
- 7 その他レクリエーションに関心のある方、どなたでも（高校生年齢以上）

楽しさを創り、
実技をとおして
楽しさを伝える人を
目指そう！



予定人数
20名
(先着順)

以上の方々のうち、レクリエーション・インストラクターの資格を取得し、誰かの「笑顔」のために役立ちたいという意思を持つ高校生以上の年齢の方、また、少しでもレクリエーションに興味があり、レクリエーションの楽しみを体験したいと考えている方

・ 日程およびプログラム ・

右表のとおり
中級、準上級、上級レクリエーション・インストラクター
レクリエーション・コーディネーター
福祉レクリエーション・ワーカー ほか

・ 会 場 ・

福島市中央学習センター（福島市五老内町3-1）ほか
筆記用具、昼食、運動しやすい服装、上履き、参加費、
マイカップ ほか

・ 参 加 者 会 費 ・

1回 2,500円 8回合計 20,000円

* 学習日の都度納入いただきます。

別にテキスト代・資料代として
2,200円を初回に納入いただきます。

・ 申込み、問合せ先 ・

申込み様式の内容を明記し、Eメール、郵便、FAXなどの
方法で**2月20日金**までに下記へお申込みください。

特定非営利活動法人 **福島市レクリエーション協会**

e-mail : info.f@fuku-rec.net

〒960-8102 福島市北町3-14

（福島県レクリエーション協会内）

TEL : **024-544-1886** FAX : **024-572-7800**

HP : <https://city-fukushima.recsite.jp/>

・ そ の 他 ・

興味のある回だけの一日参加もOKですのでご相談ください。
講習中の事故・ケガ等については傷害保険の範囲内で対応
します。



福島市レクリエーション・カレッジ2026 日程及びプログラム

(公財)日本レクリエーション協会公認レクリエーション・インストラクター
養成のための講習会(承認番号07-25-14)

	期日・時間		9:30~11:00	11:00~12:30	13:30~15:00	15:00~16:30	
1	3月1日(日)	開講式	アイスブレーキングの体験	参加者の「楽しい」を引き出す語りとアクション	ゲームの世界を極めよう	介護予防、認知症予防を支えるレクリエーション活動	
2	3月15日(日)		ホスピタリティトレーニング 「来てよかった!」を聞くために		ゲームの世界を極めよう	子どもの成長発達に合わせたレクリエーション活動	
ここまで修了すると「レクリエーション・ソーター」の資格が付与されます。							
3	3月29日(日)		踊りの世界を極めよう	音楽レクを極めよう	「できた!」の積み重ねを活かすハードル設定の理解	ホームルームと理論ガイダンス	
4	4月12日(日)		踊りの世界を極めよう	音楽レクを極めよう	「できた!」を引き出す多段階アレンジ	ホームルームと理論ガイダンス	
ここまで修了するとゲーム・歌・踊りのネタが一気に増えます。							
5	4月26日(日)		ウォークラリーを極めよう		もしもを防ぐ備えと対応	プログラム実施の記録と反省評価	
6	5月10日(日)		CSSプロセスの理解	ハードル設定とCSSプロセスの一体的活用	盛り上がるプログラムの進め方	ウケる素材とプログラム1プログラムの組み立て方	
ここまで修了すると盛り上げ方が上手になります。							
7	5月31日(日)		ウケる素材とプログラム2活動の展開方法	レクリエーションプログラムの立案と展開方法演習	申請手続きについて/現場実習について		
8	6月14日(日)		申請手続きとフォローアップ	レクリエーション支援プログラムの実施 広げよう笑顔!伝えよう感動!			開講式
ここまで修了するとレク・インストラクターの単位がすべて取得できます。							

本講習に加え、理論学習(9時間分)の通信学習課題をクリアすることで資格取得ができます。
理論学習、通信学習課題についてはホームルームの中の理論学習ガイダンスで詳しく説明します。

- ・有資格者のフォローアップとしての受講もできます。
- ・1日だけの単発での参加も可能です。
- ・すべての連絡はEメールで行います。

・福島市レクリエーション協会からのメッセージ・

この講習会は、「レクリエーションの楽しさと素晴らしさを多くの人々に伝え、誰かの歓びのためにはたらこう。」という意思を持つ人々を参加者として開催しています。

介護予防や認知症予防、子どもの体力向上などに役立つレクリエーション実技の進め方や、日常生活における人間関係の潤滑剤になるようなコミュニケーション・ワークなど、レクリエーションとその基礎にあるものを、一つひとつ学習していただくことができます。

レクリエーション実技の「ネタ」だけならば、他の実技講習会やインターネットからでも学ぶことができます。この講習会では**実技の「ネタ」の奥に隠されている「進め方のコツ」「コミュニケーションのポイント」**を身に付けることができます。あなたのご参加をお待ちしています。

・インフォメーション・

- 1 この講習会は、公益財団法人日本レクリエーション協会が公認する**「レクリエーション・インストラクター」**を養成するカリキュラムにそって開催される講習会です。実技・演習等をとおしてレクリエーションの基本的な事柄から学び、**さまざまな現場でそれぞれに応用できる「実践力」**を養うことができます。
- 2 レクリエーション・インストラクターの資格を申請する方は、本講習会の全日程を履修するだけではなく、理論学習に該当する通信課題をクリアすることに加え、実際の現場に参加して、レクリエーションの指導・支援を体験する「現場実習」を修了し、所定のレポートを作成することが必要です。
- 3 本講習会を履修し、理論学習、現場実習やレポート作成等、所定の要件を満たした方は、公益財団法人日本レクリエーション協会に対して、**「レクリエーション・インストラクター」**の資格を申請することができます。ただし、資格を申請する際には、別途経費がかかります。
- 4 一部日程が合わず履修できない時は、他の講習会での履修や補講の日程をご案内しますので、お気軽にご相談ください。
- 5 すでに、「学習履修カード」をお持ちの方は、申込時にご相談ください。
- 6 その他、本講習会の詳細については、遠慮なく申し込み先へお問い合わせください。
- 7 すでにインストラクター資格をお持ちの方で「レクリエーション・カレッジ」を修了した方がフォローアップで参加される場合の参加費は無料です。

福島市レクリエーション・カレッジ2026 申込書

ふりがな		性別	年齢	生年月日（西暦）
お名前		男・女 その他	歳	西暦 年 月 日
E-mail アドレス (必須)	すべての連絡はEメールで行います。 必ず、PCからのメールを受信できるアドレスをご記入ください。 携帯・スマートフォンの場合もPCからのメールを受信できるようにしてください。			
携帯電話番号				
ご住所	〒			
お仕事先 または お勤め先				
あなたの一言				