

日本レクリエーション協会公認の
レクリエーション指導者資格を有する
ベテラン講師を派遣いたします
全国どこでも！初回限定無料！

＼ 選べる2つのプログラム ／

レクリエーション体験

レクリエーション研修



公益財団法人 日本レクリエーション協会がお届けする

『心の元気づくり』365プロジェクトは、毎日どこかで人々の心を元気にします！

『心の元気づくり』365プロジェクト(KOKOプロ365)とは・・・

本協会の公認指導者資格を有するベテラン講師を無料で派遣するキャンペーン企画です。

学校や施設、地域活動などにレクリエーション活動を取り入れている皆様や、これを機にレクリエーション支援のノウハウを基礎から学んでみようとお考えの皆様へご提供しています。



KOKOプロ365
サイト



“グッと心を掴まれた！”の声 続々！

～レクリエーションの魅力～

良好なコミュニケーションの
促進！人間関係づくり！

脳の活性化！体力の向上！

身体的、精神的、社会的な
健康につながる！

楽しみながら運動能力や、
認知能力のトレーニングができる！

子どもの自主性や創造性を
“遊びながら”育める！

どなたでも
無理なく取り組める！

など盛りだくさん！



公益財団法人

National Recreation Association of Japan

日本レクリエーション協会



選べる2つのプログラム

PTA行事、子ども会、高齢者サロン等

レクリエーション体験

レクリエーションをはじめ、誰でもすぐに楽しめるように工夫した用具を使ったユニークな活動や、介護予防教室など、ご希望に合わせて“心を元気にする”様々なレクリエーション活動の体験ができます。いつもの活動とひと味違った内容で実施したい、新しい活動を取り入れたいという皆様におすすめです。

(参加人数目安 30名以上、1～2時間程度)

体験メニュー例

ニュースポーツ体験
音楽に合わせた体操
グループレクリエーションゲーム
グループワーク・トレーニング
集団あそび
脳トレ 等



保育士・教員研修、介護施設職員研修、
介護予防ボランティア研修等

レクリエーション研修

ゲームや歌、スポーツ等のレクリエーション活動を効果的に活用し、集団のリード、コミュニケーションの促進、楽しい空間を作り出す力など、レクリエーション支援の基礎をコンパクトに学ぶことができます。教職員や施設職員、ボランティア等、レクリエーションの支援者の皆様におすすめです。

(参加人数目安 10名以上、2～3時間程度)

レクリエーション研修例（約3時間）

会場準備、主催者と講師のミーティング

<研修開始>

1.開会・オリエンテーション	10分
2.コミュニケーションを深めるレクリエーション活動体験	60分
3.心の壁を取り除くアイスブレーキングの理解	15分
4.コミュニケーションを深める手法の確認	20分
5.レクリエーションで心を元気にする仕組み	20分
6.相手に寄り添い信頼関係を築くホスピタリティの理解	45分
7.全体の振り返り	10分

記念写真（集合写真）の撮影

5分

どちらも、開催予定日の2カ月前までに
以下の都道府県レクリエーション協会へお申し込みください。

■お申し込み・お問い合わせはこちら



公益財団法人

National Recreation Association of Japan

日本レクリエーション協会

〒110-0016

東京都台東区台東1-1-14 ANTEX24ビル7階

E-mail : kensyu@recreation.or.jp

kokoプロ

