

介護予防事業従事者・医療福祉施設職員 必見!

レクリエーションの応用力を高めよう♪



健康運動指導者・士  
更新単位認定講座  
申請中

レク力をアップして、事業や講座で活かしたい指導者向き

介護予防事業従事者なら知っておきたいレクリエーションの基礎を復習して、  
レクリエーション力を磨くための講座です。

対象者：

介護予防事業従事者、レクリエーション実践者、  
講座・セミナーなどを運営している方など

日時： 平成25年3月16日 (土曜日)  
13:30 ~ 16:30

場所： 横浜市技能文化会館 横浜市中区万代町2丁目4番地7  
(JR京浜東北線 関内駅 徒歩4から5分)

定員： 30名 (定員になり次第、お申込みを終了いたします。)

費用： 参加費¥3500 (資料代を含む)

講師： 蘭田碩哉 元実践女子短期大学教授

## 講師プロフィール 藺田碩哉：

1943（昭和 18）年、横浜市に生まれる。東京大学文学部卒。（財）日本レクリエーション協会を経て実践女子短大教授、2012 年 3 月退職。レクリエーションの理論と実践法をテーマとし、「レクリエーション運動史」の研究で日本体育大学から体育科学博士号を授与される。東京都町田市の里山で自然型幼児園を 30 年にわたって経営、「NPO さんさんくらぶ」を設立して地域の文化・スポーツ・レク活動を進めている。NPO 法人町田市レクリエーション連盟理事長、町田市社会教育委員。著書は「レクリエーション概論」「新・生涯学習論」「遊びと仕事の人間学」「余暇という希望」など。「いちばんやさしいレク・ゲーム」など遊びの実用書も多数。

## 詳細内容：

### ①身体的活動を促すレクリエーション（身体的活動を促すために）（60 分講義）：

レクリエーションとは心身を造り直して（re-create）、生き生きした心と身体を取り戻すことです。その原動力となるのは「遊び」の精神であり、その内容は身体的なものから知的・精神的なもの、自然との交流やアートに連なる表現活動までまことに多彩です。幅の広いレクリエーションをどう捉えたらいいか、また、身体的活動を引き出すためのアプローチ、適切なレクリエーション援助をどう展開するか、現場の活動を踏まえて考えます。

### ②レクリエーション力を活かすプログラムを作ろう（120 分実践）：

日常のレクリエーション支援は「マンネリ」に陥りがちです。常にフレッシュなプログラムを提供するにはどうすればいいか。基本的な支援の素材を知り、それらをアレンジし、また必要な変更を加えて、参加者が興味を失わないようなプログラムを生み出す方法をワークショップ形式で検討します。

セミナーへの参加は事前申込みが必要です。

**申し込み先：かながわ健康財団**

TEL: (045) 243-2008

FAX: (045) 243-2019

メール: [kanagawa-kenkou@khf.or.jp](mailto:kanagawa-kenkou@khf.or.jp)



（FAX・メール・QR コードでのお申込みの場合は、  
ご氏名、電話番号、ご住所を記載の上お送りください。）

お申込み頂きましたら、  
こちらからご案内状、お振込用紙を送付させていただきます。  
内容をご確認頂き、お手続きをお願い致します。