

● レクリエーションが活かされている分野 ●



**保育・幼児教育**

子どもの興味を引きつけながら、月齢に合わせた心と身体の発育・発達に活かされています。



**学校教育**

児童と先生、または児童同士での信頼関係づくりや、集団活動を通じて主体性や協調性を引き出すことに活かされています。



**高齢者福祉**

利用者の生きがいづくりを実現させるため、利用者自身の意欲や自信を引き出すことに活用されています。



**スポーツ・レクリエーション**

スポーツに慣れ親しんでいない人たちを含め、誰もが継続的にスポーツ・レクリエーションを楽しめるよう活かされています。

● 日本レクリエーション協会について ●

1947（昭和22）年の創立後、1950（昭和25）年に三笠宮崇仁親王殿下を総裁に奉戴し、人材養成事業を通じて輩出したレクリエーション指導者を中心に、幼児保育、幼児教育、学校教育、福祉、スポーツをはじめ、さまざまな分野において市民と共に地域の活性化を図る活動を多彩に繰り広げてきました。

1993（平成5）年には公益性の高い財団法人に認められる特定公益増進法人として、1998（平成10）年には、国、地方公共団体と同様に紺綬褒章の申請団体として総理府（現・内閣府）より認定されました。2011（平成23）年4月からは内閣府より公益財団法人の認定を受け、国民1人ひとりの生活が豊かに彩られるようレクリエーションの普及・振興に努めています。



レクリエーション・インストラクターの紹介動画



QRコードを読み込んで動画を視聴してください。



● 私もレクリエーション公認指導者です ●



**小林 よしひささん**  
（よしお兄さん）

NHK E テレ  
「おかあさんといっしょ」  
第11代体操のお兄さん

**スポーツくじ**



スポーツ振興くじ助成事業

**あそびをもっと  
活用しよう!**

[レクリエーション・インストラクターのご案内]



# 1 あそびを使った グループワークができる レクリエーション・インストラクター

もっと上手に集団をリードしたい。対象者の意欲を無理なく引き出したい。集団内のコミュニケーションを促進させたい。そのような悩みはレクリエーションが解決してくれます！

レクリエーションを単なる「あそび」と思う人がいるかもしれませんが、実は、とても奥が深いのです。例えば、ゲームを通して集団のコミュニケーションが深まったり、歌を歌って一体感が生まれることがあります。それは「コミュニケーションを深める」「一体感を生む」ことを目的に、ゲームや歌が効果的に活用されたからです。「あそび」を意図的に活用し、個人や集団に働きかける。それがレクリエーションで、それができるのがレクリエーション・インストラクターです。

活用するのはゲームや歌だけではありません。健康づくりであればスポーツを、集団を介して個人の成長を促す場合はグループワークの方法も活用します。レクリエーションの学習では、こうした活動・方法を有効に活用して、信頼関係づくりをはじめ、集団内のコミュニケーションの深め方や、自主的・主体的に取り組む意欲を引き出すスキルなどを学びます。

理論や根拠に基づいた本当のレクリエーションを学んで、ワンランク上の支援・指導を目指してみませんか！

ゲームをしたり、歌を歌うことだけがレクリエーションじゃないんだね。

レクリエーション公認指導者資格の詳細は右記QRコードを読み込んでください。

活動を通じて個人や集団に働きかけることがレクリエーションでは重要なんだよ！



## 2 理論に裏打ちされた支援技術を体系的に学ぶ

人が集まった時、緊張をほぐして、お互いにコミュニケーションがとりやすい雰囲気をつくる。レクリエーションの学習では、こうした「アイスブレイキング」の方法を身に付けたり、子どもたちや高齢者など、対象者に合わせて「遊び」や「スポーツ」などの活動をアレンジし、リードする方法を学びます。

### ▶ 主な学習内容

理論	<b>レクリエーション理論科目 (9時間)</b> レクリエーションの主旨の理解や支援の目的、レクリエーション活動がもたらす楽しさや、対象者によって異なる心の元気づくりを理解します	
実技	<b>レクリエーション実技科目 (27時間)</b> ホスピタリティやアイスブレイキングの手法、およびレクリエーション活動を習得します	
演習・実習	<b>指導演習 (15時間)・現場実習 (9時間)</b> 対象者を想定した支援の演習と、実際の場面での実習を体験します	

## 3 高いコミュニケーションスキルが身に付く！

レクリエーションを学習すると、ゲームや歌、遊び、スポーツなどを効果的に活用し、「集団のリード」「コミュニケーションの促進」「楽しい時間をつくる」といった、対象や目的に合わせたレクリエーション活動を企画・展開する力が身に付きます。

### ▶ 主なスキル

- 人々の心を元気にする力
- 対象者と信頼関係を築く力
- 集団をリードし、一体感を生み出し、楽しい時間を演出する力
- 個人や集団のコミュニケーションを促進する力
- 対象や支援の目的に合わせたプログラムを企画・展開する力
- 既存のアクティビティを、対象者に合わせたものにアレンジする力
- グループワークを進める力
- 個人の主体性や協調性を引き出す力
- 現場に応じてレクリエーション活動を企画・運営する力

コミュニケーションスキルはとても重要で、レクリエーションを進めるうえでは欠かすことができないんだよ！

