

# レクリエーション・インストラクターのご紹介



## 習得できる知識と技術

- 集団をリードし、一体感を生みだし、楽しい時間を演出する力
- 1対1、1対複数、集団あるいは、初対面の参加者同士や交流不足のグループの良好なコミュニケーションを促進する力
- 対象に合ったアクティビティ（素材）の選択やプログラムを企画し提供する力
- 既存のアクティビティ（素材）をアレンジして、対象に合わせた複数のアクティビティ（素材）を創る力
- 小さな成功体験を積み重ねることで、対象者のやる気やその気を少しずつ引き出し、対象者に安心感と満足感をもたらす力

## そのほかにも

- 人前に立つのが苦手な方も、対象者を引きつける自信がつけます
- 施設や教室、クラブ等におけるレクリエーションの時間の企画・運営が楽しくなります など



お問い合わせ

公益財団法人日本レクリエーション協会

〒101-0061 東京都千代田区三崎町 2-20-7 水道橋西口会館6階  
レクリエーション組織支援チーム

TEL : 03-3265-1244

FAX : 03-3265-1245

URL : <http://www.recreation.or.jp>

e-mail : [soshiki@recreation.or.jp](mailto:soshiki@recreation.or.jp)



## 資格取得までの流れ

レクリエーション・インストラクターの学習課程は60時間です。資格取得までの流れは下図になります。

### 1. 養成講習会に申込み

都道府県・市町村レクリエーション協会が開催しています。  
くわしくは都道府県レクリエーション協会もしくは（公財）  
日本レクリエーション協会へお問い合わせ下さい

### 2. 必要なカリキュラムをすべて履修

理論+実技+現場実習の3つの学習体系から学びます

### 3. 資格認定審査

筆記、実技、活動レポート等

### 4. 合格

### 5. 資格認定・登録の申請

### 6. 資格認定

## 資格取得のための費用

- 受講料：養成講習会等受講料は、都道府県によって講習会の形態が異なるため異なります。詳しくは受講を希望される都道府県レクリエーション協会へお問い合わせ下さい。
- その他受験料（資格取得時のみ）、公認料（資格取得時のみ）、登録料（2年毎に更新）が必要です。

# 子どもから高齢者まで みんなの元気づくりを支援する

# レクリエーション・インストラクター

## レクリエーションは元気づくり!

人は楽しいと感じる時、自然と笑顔になり元気が出るのではないのでしょうか。

たとえば地域のいきいきサロンで週に一度健康体操をしている時、たとえば通い慣れた小学校で放課後に鬼ごっこをしている時、たとえばたまに出かける大きな運動公園で家族みんなではじめてのスポーツに挑戦している時などなど。

そこで、私たちレクリエーション協会は、「Smile for all ~すべてはみんなの笑顔のために~」を合い言葉に、みなさんに楽しさをお届けし、全国で笑顔づくり=元気づくりに取り組んでいます。



## 元気づくりの支援者 =レクリエーション・インストラクター

こうした取り組みの中心を担っているのが「レクリエーション・インストラクター」です。

「レクリエーション・インストラクター」は、人々が集まるあらゆる場面で、お互いに大声で笑い合い、初対面でも一緒に夢中になれる、楽しい時間と空間を共有するための、必要な知識と技術を持っています。



スポーツの力で  
日本を元気に!

平成23年6月「スポーツ基本法」が制定されました。  
私たちレクリエーション協会も、様々なスポーツ・レクリエーション活動等を通じて、日本の元気づくりに寄与してまいります。

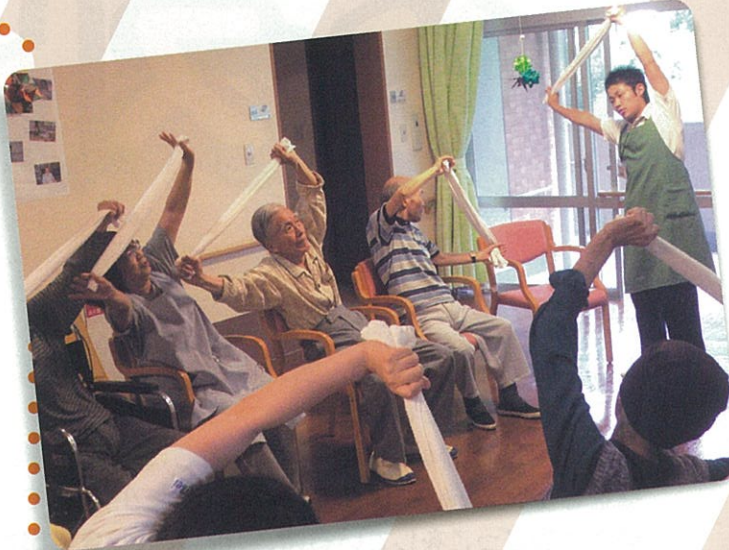




# 様々な対象や領域において、「おもてなし」の心を持って 笑顔づくり=元気づくりを推進する レクリエーション・インストラクター

## 高齢者を対象に

- 高齢者福祉施設や介護予防教室・いきいきふれあいサロン等で、地域の高齢者を対象に、健康体操で身体を動かしたり、指先を使って切り絵をしたり、懐かしい歌を歌いながらゲームをしたり。楽しさとやりがいで、高齢者の秘めた力とその気を引き出しています。
- 文部科学省より委託を受け団塊世代等を対象に「ニューエルダー元気塾」を実施（H24～）。誰もが感じる加齢によるからだの変調の理由や、自分のからだの発見を通じて、運動、スポーツ・レクリエーションの必要性を理解してもらい、あわせてその魅力を伝え、継続的な運動へと導いています。



## 若者を対象に

- 20代・30代の若者は、他の世代と比較してスポーツ実施率が特段に低い状況にあります。このため、若者のスポーツ参加促進策を全国で実施することにより、運動・スポーツへの参加意欲を高め、スポーツを通じた地域コミュニティの活性化につなげたいと考え、各種事業を行っています。

## 障がい児・者を対象に

- 障がいのある人とない人がスポーツ・レクリエーション活動を共に楽しみ、喜びを分かち合い、交流を深める継続的な機会を創ります。そして日常的にスポーツ・レクリエーション活動を楽しむ仲間づくりへとつなげるために「障がいのある人とない人のスポーツ・レクリエーション交流事業」を行っています。

## 親子を対象に

- 親子で一緒に楽しくふれあいながら運動するプログラムや、保護者の方々に、子どもの体力や規則正しい生活習慣の重要性についての理解や認識を深めてもらうために、親子を対象とした事業を行っています。



## 子どもを対象に

- 放課後  
放課後子ども教室や児童クラブでは、自分たちの趣味や得意を活かしながら、子ども達が安全かつ安心して過ごすことができ、様々な体験を通して健やかな成長を促す居場所づくりを目指して活動しています。また、平成16年度からは「あそびの城」の名称で、全国各地で自主展開もしています。
- 幼稚園、小学校  
学級（クラス）経営にレクリエーションを意図的・計画的に取り入れることで、児童の良好で豊かな人間関係の構築や、一人ひとりの個性の伸長などの教育的効果を期待し取り組んでいます。

## 地域

- 総合型地域スポーツクラブ  
レクリエーション協会が関わる総合型地域スポーツクラブは、運動が苦手な人たちにもスポーツとの出会いを提供しています。そこでは運動する楽しさを伝えながら、地域住民の方々が気軽に集える交流の場をつくっています。また、スタッフ自身が楽しみながら、運営に積極的にかかわっていることも特徴の一つです。

## 地域に根ざした 市町村レクリエーション協会

レクリエーション・インストラクターは、ここでご紹介している活動以外にも様々な場面で活躍しています。そして、レクリエーション・インストラクターそれぞれが持つ得意を持ち寄り、力を結集している組織が市町村レクリエーション協会です。市町村レクリエーション協会は、地域住民の様々なニーズ、地域の課題に応える事業を展開しています。