

余暇問題研究所 主催 ～参加すればレクの悩みが解消できる研修会～

高齢者が楽しめる

青森・盛岡会場

2025 年度

レクササイズ研修会

【 青森会場 】

6 月 23 日(月) 13：30～16：20

青森県労働福祉会館 ハートピアローフク

〒030-0802 青森市本町 3-3-11

<定 員> 15 名 017-775-3751

<受講費> 1 名 1 日 6, 4 9 0 円 (5900 円+税)

【 盛岡会場 】

6 月 25 日(水) 9：10～11：50

いわて県民情報交流センター アイーナ

〒020-0045 盛岡市盛岡駅西通 1-7-1

<定 員> 15 名 019-606-1717

<受講費> 1 名 1 日 6, 4 9 0 円(5900 円+税)

研
修
内
容

★タオルを使ってできるゲームいろいろ

～手指の巧緻性や筋トレにつながる～

★歌いながらの体操いろいろ

♪鐘の鳴る丘 ♪線路は続くよどこまでも
♪かごめかごめ 他

→世界文化社「レクリエ」音楽レク掲載中

○利用者への声かけの仕方

○介護レベルが違ってもしっかりできるレク

○楽しく介護予防につながる具体的な方法



＜講師＞山崎律子

(株)余暇問題研究所 代表取締役
大学や高齢者施設での介護予
防・レク活動の研修会や講義な
ど実践経験豊富。

<著書>

「認知症の人のレクリエーション」
(中央法規)、「寝ながらできる認
知症予防(ミネルヴァ書房)」
レクリエ「音楽レク」(世界文化
社)執筆中

下記をご記入の上 **FAX 03-5726-0683** または 弊社ホームページから申し込み下さい
申込みを受理後、「受講証」「振込案内」を 1 週間以内に FAX または メールで返送いたします

高齢者が楽しめるレクササイズ研修会 青森会場 6/23・盛岡会場 6/25 申込み

会場	○印を付けてください		○でお囲み下さい↓
	6/23 青森	6/25 盛岡	ホームヘルパー、介護福祉士、 保健師、看護師、理学療法士、 その他 ()
お名前	フリガナ		(連絡担当者名・フリガナ)
所属法人 施設名			
住 所	(勤務先・自宅) ⇒どちらかに○印 〒		
上記住所の 電話番号	◆必 須◆ 上記住所の FAX 番号		
メール アドレス	弊社のレク研修に 1 回以上受講したことがありま すか? 1 ある (約 年前)・2 ない		

この FAX が不要の場合は FAX03-5726-0683 までにご返送願います 今後の送信を停止いたします

<個人情報について> 申込みの情報は、弊社セミナーに関するご案内、連絡等のみ使用いたします。第3者に提供することはありません。
(株)余暇問題研究所 <https://jilse.co.jp> FAX 03-5726-0683 TEL 03-5726-0732 jilse@s6.dion.ne.jp

FAX 03-5726-0683