

余暇問題研究所 主催 ～参加するとレクの悩み解消・実践したくなる研修会～

高齢者が楽しめる 大阪会場 レクササイズ研修会

研
修
内
容

★タオルを使ってできるゲームいろいろ

★歌いながらの体操いろいろ

♪青い山脈 ♪お富さん ♪365歩のマーチなど



◇だれでもやりたくなる声かけ



◇介護レベルが違ってみんなができるレク

◇楽しく介護予防につながる具体的なやり方

…が上手にできるようになる

さあ 今日から始めよう!!!

<講師紹介>

山崎 律子

高齢者施設での介護予防・レク活動の実践や職員研修会、大学での講義等経験豊富。2011年～レクリエーション研修会開始、継続中
<執筆>

(株)カタログハウス「通販生活」2026・1月新春号「指体操」掲載、ミネルヴァ書房「寝ながらできる認知症予防」シリーズ全5巻、世界文化社「レクリエ 音楽レク掲載中

日時：大阪会場 2026年4月15日(水) 13:30～16:30

会場：ウエルおおさか JR環状線・大和路線「今宮」駅(西出口)から徒歩約10分

〒557-0024 大阪市西成区出城2-5-20 06-4392-8200(代)

受講費 6,490円(5,900円+税) 定員：15名

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 大阪会場申込み 2026/4/15

お名前	ふりがな		○でお困み下さい↓
	※(名札、修了証を作成しますので、楷書でご記入下さい)		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()
所属法人施設名			(連絡担当者名・ふりがな)
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