

# レクリエーション インストラクター ステップ・アップ 講習会



主催：一般社団法人東京都レクリエーション協会

日時

令和8年3月8日（日）

対象

レクリエーション活動  
を充実させたい方

午前 9:30～12:30 (9:15 受付開始)

定員 30名

午後 13:30～16:30 (13:15 受付開始)

2/28〆切

会場

東京体育館 第二会議室

参加費

全日受講：3,000円

（税込）

半日受講：2,000円

（税込）

※保険代込み

午  
前

## 楽しさ発見！アイディア次第で広がるレク活動

指体操、ダンス、クラフト、ゲームをリレー形式で体験できます。

講師：浜本 治子、小倉 あけみ、内山 則子、木下 智恵美

科目 5：

・レクリエーション活動の習得 II - 7

個々の活動の習得 7

・レクリエーション活動の習得 II - 8

個々の活動の習得 8

午  
後

## Well-being(しあわせ)に基づいた レクリエーション支援

実技を楽しみながら理論、褒める声かけを確認しましょう。

講師：小山 亮二

科目 4：

・レクリエーション支援の方法 II - 1

良好な集団づくりの方法・アイスブレーキング 1

・レクリエーション支援の方法 I - 1

信頼関係づくりの方法・ホスピタリティ 1



一般社団法人  
東京都レクリエーション協会

〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷1-29-9 日本パーティビル3階

TEL 03-6380-4731 FAX 03-6380-4732 E-mail tra@tokyo-rec.or.jp HP <https://www.tokyo-rec.or.jp>

## 会場

### 東京体育館 第二会議室

(東京都渋谷区千駄ヶ谷 1-17-1)

最寄駅 JR 中央・総武線「千駄ヶ谷駅」／徒歩 1 分

都営地下鉄大江戸線「国立競技場駅」下車(A4 出口)／徒歩 1 分



## 受講料

※保険料  
込み

**全日受講：3,000 円（税込）半日受講：2,000 円（税込）**

※キャンセルについては、支払い済受講料から下記キャンセル手数料を差し引いて払い戻しいたします。

キャンセル 手数料	払込後～実施日 4 日前(3/4)まで	実施日より 3 日前(3/5)以降	当日キャンセル
	1,000 円	参加費の 50%	参加費の 100%

## 申込 方法

FAX または E-mail で申込みの上、郵便局に備え付けの郵便払込用紙に  
必要事項（講座名、参加者氏名、連絡先）をご記入の上、  
申込みから 5 日以内にお振込みください。申込み〆切日後に受講案内をお送りします。

**郵便振替口座番号 00140-7-65964**

**口座名義 一般社団法人東京都レクリエーション協会**

お申込み 一般社団法人 東京都レクリエーション協会

FAX▶ 03-6380-4732 E-mail▶ tra@tokyo-rec.or.jp

※メールの方は、下記の申込書を添付にてお送りいただくか、

右の QR コードを読み取りメール本文に入力の上お申込みください。

QR コードを読み取り

「メール作成画面はこちら」



### 3/8 ステップ・アップ講習会 受講申込書 (2/28〆切)

ご希望の時間帯に○をつけてください。		全日	・	午前のみ	・	午後のみ
ふりがな				性別		
氏名				年代		
公認指導者 ID	※資格をお持ちの方のみご記入ください。					
住所	〒 _____					
自宅 or 勤務先						
連絡先 ※日中に連絡が可能な連絡先をご記入ください。	電話 ( 自宅 ・ 携帯 ・ 勤務先 ) — — —					
	メール ( 自宅 ・ 携帯 ・ 勤務先 )					

※ご記入いただいたメールに受講案内をお送りします。

※定員に達し次第、締め切らせていただきます。

以下の個人情報の利用に同意いただける方はチェック ✓ をお願いたします。

※一般社団法人東京都レクリエーション協会では、個人情報の取得・利用・管理に際して「個人情報保護法」を遵守します。  
本習会申込で収集した個人情報の利用については、講習会に係る通知・保険加入・情報提供に限ります。