

公益財団法人 福島県スポーツ振興基金助成事業

2026

レクリエーション財専科

2026年

日程 **10/19** 月 » **11/16** 月

毎回 **19:00 ~ 20:30**

会場 MAX 福島 4 階
アクティブシニアセンター

会場

A O Z
アオウゼ



参加費無料

定員: 各回 **20** 名

先着順

(高校生年齢以上)

今回、理学療法士とのコラボが実現しました。テーマは「楽しく動いてフレイル予防」。
理学療法士によるセルフチェックで始まり、自分の身体の状態を知り、ちょっとした改善の
運動、それと関係したレクリエーション活動の紹介を行います。

いつも行っている活動の理論づけが学べる講習会です。

テーマ

楽しく動いてフレイル予防



回	期日	時間	プログラム内容
①	10月19日(月)	19:00~20:30	体操、ストレッチ & フィジカルゲーム 1
②	10月26日(月)	19:00~20:30	体操、ストレッチ & フィジカルゲーム 2
③	11月 9日(月)	19:00~20:30	体操、ストレッチ & フィジカルゲーム 3
④	11月16日(月)	19:00~20:30	体操、ストレッチ & フィジカルゲーム 4

全4回の参加はもちろん、好きな回、都合の良い回だけの参加も可能です。

●主催 特定非営利活動法人 福島市レクリエーション協会

●共催 特定非営利活動法人 福島県レクリエーション協会 ●後援 福島市・福島市社会福祉協議会・一般社団法人 福島県理学療法士会

レクリエーション財専科 2026

参加者

- (1) レクリエーション活動に関心のある方
- (2) 医療・看護・介護に関係する方
- (3) 地域サロン・福祉施設・教育機関等に関係する方
- (4) 障がいのある人や子どもの活動等を支援している方
- (5) ボランティア活動などに関心のある方



定員

各回 **20** 名 先着順
(高校生年齢以上)

参加費

無料

携行品

筆記用具、運動のできる
服装・履き物、水分など

講師 スタッフ

理学療法士
(公財)日本レクリエーション協会公認
福祉レクリエーション・ワーカー / レクリエーション・インストラクター

申込み

申し込み様式に記入するか、様式の内容(氏名、性別、年齢、生年月日、e-mail アドレス、住所、携帯電話番号)を明記し、e-mail、郵便、FAX のいずれかで、開催日の1週間前までに下記へお申し込みください。

特定非営利活動法人 福島市レクリエーション協会

〒960-8102 福島市北町 3-14 福島県レクリエーション協会内

●E-mail: info.f@fuku-rec.net ●Tel: 024-544-1886 ●FAX: 024-572-7800

その他

- (1) 主催者として写真・ビデオ等の撮影をします。
撮影された写真・動画は、インターネット等による広報等に使用されますので、ご了承ください。
- (2) 本講習会の詳細については、会場ではなく、必ず申込先へお問い合わせください。
- (3) 本講習会は、「レクリエーション・インストラクター」資格取得のための単位の一部を取得できる講習会です。(承認番号 07-26-14)

レクリエーション財専科 2026 参加申込書

ふりがな				性別	男・女 その他	年齢	生年月日	(西暦)		
氏名						歳	年 月 日			
(必須) E-mail アドレス	すべての連絡はEメールで行います。必ず、PCからのメールを受信できるアドレスをご記入ください。 携帯・スマートフォンの場合もPCからのメールを受信できるようにしてください。									
住所	〒									
携帯電話番号	(自宅・勤務先)※該当するほうに○印をしてください。									
勤務先										

参加申込の回に○印をつけてください。

☐	4 回全部	☐	10/19	☐	10/26	☐	11/9	☐	11/16
-----------------------	-------	-----------------------	-------	-----------------------	-------	-----------------------	------	-----------------------	-------