

レクの医学的効果を活用する!! 認知症予防ができる講師養成!!

～ 昨年までに学会公認資格を得た人は、各地の教室で講師を勤めています。～

主催 日本健康レクリエーション学会
共催 健康科学レクリエーション研究所
協力 社会福祉法人和光会グループ
後援 もとす薬剤師会

認知機能が維持・向上する レク技術を基礎から学ぶ。!!

活動的な認知症予防教室の講師は、高度な認知症予防の知識、技能をもった人が求められますが、残念ながらできる指導者は不足しています。
ここでは、医学的効果があるレク技術を持った講師から、認知症予防の知識、認知機能向上に役立つ技術を学びます。

認知症予防ができる、レク技術を教えます。!!

ここでは、皆さんご存じの「レク=遊び」としてのレク指導法とは違い、「認知機能の維持・向上」ができるレク指導法を学びます。

認知症予防教室では、認知機能の維持・向上をする技術として、運動、Nバック課題(欧米では認知予防と言えばNバック課題が標準です。)、デュアルタスクやマルチタスク(二重課題)を含み、ストレスを低下させ、「笑いを生み出す」ようにレクを行う必要があります。

教室の運営では、楽しく活動を行い、「脳内ホルモンを出し」「ストレスを低下させ」「前向きに生きる」ためのコミュニケーション技術が求められます。

- 1 講習日程 (裏面日程表の通り)
- 2 場所 本巢郡北方町柱本白坪2丁目3番地
特別養護老人ホーム ナーシングケア北方内 もちの木広場
- 3 申込先 (問合せ) 岡崎 9月1日からメールで受付(先着順) メール先は toka19501015@yahoo.co.jp です
- 4 定員 定員20人になり次第締め切ります。(その後はキャンセル待ちの受付をします)
なお、資格を目指さず見学だけする人を10人まで募集します。
- 5 受講料 資格希望者はⅠ～Ⅲは5,000円、Ⅰ～Ⅶは15,000円とします。
(単位制とし、1回ごとに参加する資格希望者は4,000円とし、資格を希望せず見学だけする人は、1回の参加費2,000円とします。)
- 6 講師(予定) 岐阜市立岐阜薬科大学教授、日本健康レクリエーション学会理事長 杉浦春雄
日本健康レクリエーション学会理事、健康科学レク研究所所長 岡崎敏朗
その他日本健康レクリエーション学会会員

去年は、参加者平均で20%程認知機能が向上!!

私たちは、学会オリジナルプログラムを使い、各地で楽しく「認知症予防教室」を行いました。その結果、参加者平均で20%程、認知機能の向上・維持が見られました。今年も各地でレク活用による医学的検証を行って、認知症予防に、楽しいレク活動が、有効であることを医学的に証明する活動を実施します。

回	日程等	内 容
I	10月21日(日) 午後1時～5時	楽しくできるレクリエーションの基本 その1 レクはなぜ楽しいのか、人はなぜ笑うのか、人が楽しくなるのはなぜか・・・に答える
II	11月4日(日) 午後1時～5時	楽しくできるレクリエーションの基本 その2 アイスブレイキングとは(講義)、アイスブレイキングの方法(実技)
III	11月18日(日) 午後1時～5時	レクリエーションクリニック(アイスブレイキング編) その1 ゲーム指導案の書き方(講義)、ゲーム指導の実際、指導体験する(実技)
IV	12月23日(日) 午後1時～5時	レクリエーションクリニック(アイスブレイキング編) その2 指導案を書き当日事務局に提出し、指導案通り参加者の前でゲーム指導実施(実技)
V	1月20日(日) 午後1時～5時	レクリエーションクリニック(アイスブレイキング編) その3 指導案を書き当日までに事務局へ提出し、指導案を配布して参加者の前でゲーム指導を行い、そのビデオ映像を見ながら、講師から個別にアドバイスを受ける(実技)
VI	2月24日(日) 午後1時～5時	レクリエーションクリニック(アイスブレイキング編) その4 指導案を書き当日までに事務局へ提出し、指導案を配布して参加者の前でゲーム指導を行い、そのビデオ映像を見ながら、講師から個別にアドバイスを受ける(実技)
VII	3月24日(日) 午後1時～5時	レクリエーションクリニック(アイスブレイキング編) その5 指導案を書き当日までに事務局へ提出し、指導案を配布して参加者の前でゲーム指導を行い、そのビデオ映像を見ながら、講師から個別にアドバイスを受ける(実技)

介護レクリエーションコンシェルジュ資格試験審査 審査料 1000円 (資格取得後、下記の資格を目指します)

受験受付 11月18日～ 2月24日まで	I からⅢまでの全ての課程を終了した人を対象とします。 試験は、健康レク全般について筆記と面接があります。 合格者には後日認定証を送付します。	日本健康レク学会 理事長 杉浦春雄 事務局長 岡崎敏朗 他
----------------------------	---	-------------------------------------

注1 介護レクリエーションコンシェルジュ受験者は、試験日までに申請書を提出すること。

介護レクリエーションワーカー資格試験審査 審査料 2000円 (この資格取得後、下記の資格を申請できます)

受験受付 1月20日～ 2月24日まで	I からⅤまでほぼ全ての課程を終了した人を対象とします。 受験する人の実践指導ビデオを見て審査を行います。 合格者には後日認定証を送付します。	日本健康レク学会 理事長 杉浦春雄 事務局長 岡崎敏朗 他
---------------------------	---	-------------------------------------

注2 介護レクリエーションワーカー受験者は、試験日までに申請書を提出すること。

介護専門レクリエーション指導者資格試験審査 審査料 3000円(介護レクリエーションワーカー取得後可)

受験受付 3月24日締切	I ～Ⅶまでほぼ全ての課程を終了した人を対象とします。 受験する人の実践指導ビデオを見て審査を行います。 合格者には後日認定証を送付します。	日本健康レク学会 理事長 杉浦春雄 事務局長 岡崎敏朗 他
-----------------	--	-------------------------------------

注3 介護専門レクリエーション指導者受験者は、試験日までに申請書と指導できる実技の一覧表を提出すること。

注4 資格証発行手数料は1000円です。

注5 学会員は、審査料1000円引き、資格証発行手数料は無料です。