

# 音楽レクリエーション指導士養成講座 3級 ご受講のご案内

## 10/28(日)、11/24(土)、12/15(土)、1/13(日)

### 新宿区立新宿文化センター

東京都新宿区新宿6-14-1  
東京メトロ「東新宿」「新宿3丁目」他

11/3 (土・休)

#### まつもと市民芸術館

長野県松本市深志3-10-1

12/2 (日)

#### ケア・オブ・クローバー(株)2F研修室

滋賀県 米原市下多良1丁目150 北居ビル

※当協会のホームページ <http://jmrec.or.jp> からもお申込が可能になりました。

※最低催行人数に達しない場合は、会場により中止させていただく場合がございます。

### 音楽レクリエーション指導士とは・・・

「音楽の効果を活用した健康維持・介護予防・認知症予防」に関する幅広い知識や技能を証明する資格です。音レクリーダー、コミュニティリーダーのスキルアップとして、ご活用いただいております。  
「音楽レクリエーション指導士養成講座3級」は、平成25年度経済産業省小規模事業者活性化補助金の対象事業である「医療音楽ケアプログラム」に基づいた講座です。

### 年間600人の指導士を育成！！

楽譜が読めなくても、ピアノが弾けなくてもOK。  
誰でも知っているレクネタ20種を使い  
参加率が上がって失敗しない、効果的な音楽レクリエーション(脳トレッチ)の手法を、具体的な内容やセリフを実践しながら学びます！

1日集中講座で3級取得、修了証が授与されます！

### 理事長メッセージ



理事長 堀口直子

皆様、こんにちは。理事長の堀口直子です。10年以上前から介護施設・高齢者施設で活動してきた中で”誰でも音楽で奇跡を起こせる！”ということに気づき「音楽レクリエーション指導士養成講座」という人材育成プログラムを開発いたしました。  
「音楽のプロが行う特別な音楽療法・レクリエーション」ではなく、これからは介護職員、ご家族自身が「自分達で音楽ケアを行う」時代です。  
新しく学ぶ人もレクのマンネリ化に悩む人も、私たちと一緒に、たくさんの笑顔を生み出す

### 講師陣

長岡 章子



大井 嘉七美



宮川 恵



東岸 佐優里



ほかJMREC認定講師

### プログラム

(受付開始: 9:30)

(定員/20名)

9:45~9:55	オリエンテーション
9:55~11:00	1. 音楽と脳の関わり・認知症について 脳の仕組み、音楽がもたらす脳への効果、認知症の現状
11:00~12:05	2. 高齢者が聞き取りやすい話し声とトーン 声の出し方と、簡単なトーンの変え方、脳トレ実践
12:05~13:00	お昼休憩
13:00~14:25	3. 効果的な音レク手法と簡単脳トレ 表情筋体操、ストレッチ、脳トレ実践
14:30~16:45	4. 手話歌、音楽ケア体操(途中休憩有) 脳の活性化、手指・上肢・下肢の体操 最後に簡単な試験があります。

### 受講料・お申込方法

#### 音楽レクリエーション指導士養成講座 (3級)

16,200円(税込) 再受講3000円(会員2000円)

※ 納入方法は申込書に記載しております。

※ 裏面受講申込書に必要事項を記載の上、

下記事務局にご郵送またはfaxにてお願いいたします。

一般社団法人

#### ■ 日本音楽レ・クリエーション指導協会

〒179-0074

東京都練馬区春日町4-18-8 第3小野ビル4F

担当: 佐藤、瀬島

TEL03-5848-9231 FAX03-5848-9232・9231

お問い合わせ [info@jmrec.or.jp](mailto:info@jmrec.or.jp)

当日連絡先 080-3242-7446