

高齢者施設、幼児教育関連、労務関連業務  
ご担当の方へ

# 音楽レクリエーション 指導士養成講座(3級)

# 通信講座の ご案内!!

## 通信講座で学習できるようになりました

全国でご好評を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」の通信講座のご案内です。  
修了すると修了証が授与されます!

音楽の効果を活用した  
室内で一人でも出来る  
簡単な脳トレ&音レク

メンタルヘルスマネジメント  
に応用できる  
音楽の使い方

お子様の育脳に効果を  
発揮! 親子で楽しめる  
音レク

- ♪ オンチでも、大丈夫!
- ♪ 楽器や楽譜を使いません!
- ♪ レクのバリエーションが  
増えます!!



WEB  
+  
教本



明日から実践できる[音楽脳トレ]や[音楽ケア体操]や  
[手話歌]、楽譜を使わない[かんたんな音楽療法]を学べます。

高齢者が聞き取りづらい声のトーンがあるのを  
ご存知ですか?

失語症の人が歌ってしまう脳のしくみなど、  
音楽メカニズムも学ぶことのできる講座です。



「ふるさと」を最後に歌うと  
徘徊が増える理由

意外と知らない  
高齢者の人気曲

「聴く」より「歌う」  
方がいい理由



### 職場の悩み 解決!!

リモートワークの  
ストレス解消法!

体と脳を  
トレーニングして、  
仕事の効率アップ!

ピアノが弾け  
なくても子供が  
笑顔になる  
レクリエーション!



**JMREC** 日本音楽レクリエーション指導協会  
JAPAN MUSIC RE-CREATION LEADERS ASSOCIATION

日本音楽レクリエーション指導協会は、「音楽レクリエーション」プログラムを広く人々に伝え、  
効果的に活用していただくための活動を行っています。

<http://jmrec.or.jp/>



# 音楽レクリエーション指導士養成講座（3級）通信講座

## ～ご受講のご案内～

「音楽レクリエーション指導士養成講座（3級）通信講座」は、一般社団法人 日本音楽レクリエーション指導協会の会員専用ページを通信講座受講期間（最長 5 か月）に閲覧することにより、理論と実技を学んでいただく講座です。

■ 受講終了後、条件を満たした方に修了証を発行します。

※この時点では 認定資格取得とはなりません ので、ご注意ください。

■ 修了証発行後、会費（年会費 10,800 円）を納入することで「認定資格証」が発行されます。

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 教育・育脳・健康維持・介護予防・認知症予防・メンタルヘルスマネジメント に関する幅広い知識や技能を証明する資格です。

「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。受講終了後に修了証を授与致します。

## 受講内容

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
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
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
4. 手話歌、音楽ケア体操  
脳の活性化、手指・上肢・下肢の体操
5. 音楽レクリエーションカリキュラムの作り方

## 受講の流れ

- 提出課題提出について（課題①～③、カリキュラム例）  
（提出物は、カリキュラム例を含めて 4 種類ございます）  
・3 か月の基本受講期間内に動画とテキストを一通り学習し、その後課題①～③とカリキュラム例をご提出いただきます。  
※全ての課題について、猶予期間 2 ヶ月を含めた、最長 5 か月目までにご提出ください。
- 添削課題は採点后、回答・解説をお付けし、事務局到着後、1 か月以内に返送致します。

## 教材

- ① 音楽レクリエーション指導士養成講座 3級テキスト（1冊）
- ② 光トポグラフィーによる脳の血流量変化・音楽を感じる脳の図・ベンフィールドのマップ（A3：3枚）
- ③ 年代別ヒット曲集（A3：1枚）
- ④ 音レクカリキュラム例<30分>（A4：1枚）
- ⑤ 添削課題（A3：3枚、添削用カリキュラムフォーム A4：1枚）
- ⑥ 返信用封筒（4枚）



**レクリナ&教本  
プレゼント！！  
(5000円相当)**

2020年8月31日までに  
通信講座をお申込みの方に、  
JMREC 開発の楽器「レクリナ」と  
教本のセット（5000円相当）を  
プレゼントいたします！！

