

笑って学ぼう！

音楽レクリエーション ショーケース



ショーケースとは

さまざまな音楽レクリエーションの
陳列棚という意味です。

ご来場いただきたい方

- 音楽を使ったレクリエーションに興味がある
- 忙しくて家族と関わる時間が少ない
- 楽しく健康増進を学びたい
- 認知症予防の基礎知識を知りたい
- 自宅で出来る認知症予防を知りたい

入場無料

2024

2月11日(日)

10時半～

会場 山梨 甲府市総合市民会館
多目的室

電話：055-231-1951

動きやすい服装でお越しください
水分、マスクは各自ご用意ください



講師

堀口直子 JMREC代表理事
武蔵野音楽大学卒業 厚生労働省
「うつ病の認知療法・認知行動療法
研修課程」修了



講師

野口久恵
JMREC健康レクリエーション指導士
音楽療法士
ラフターヨーガリーダー

お伝えしたいこと/

- 大人気の手話歌を専門家から学べます
- 脳の仕組みや記憶力ゲーム
- 音楽・リズムを使うと心も体もより効果的を体験
- 身体の異操作で脳力アップ



おみやげ
家族健康チェッ
クシート付



主催 一般社団法人 日本音楽レクリエーション指導協会
<http://jmrec.or.jp/>

共催 一般社団法人 日本臨床心理研究所

後援 甲府市・山梨音楽療法研究会

お問い合わせ TEL 03-6915-8535 ジェムレック



JMREC
ホームページ



音楽レクリエーションショーケースとは

この催しは独立行政法人福祉医療機構の社会福祉振興助成事業としてJMREC主催、一般社団法人日本臨床心理研究所の共催、山梨音楽療法研究会の後援で行われるものです。

これからの健康作りは地域で協力して行う形が主流になります。多様化した時代に個人の嗜好は様々です。科学的知見に基づいた専門のやり方を学んでいただき、地域の仲間で生かしていただくことによりご本人はもとより周りの健康維持に大きく貢献することができます。

様々な楽しい方法をショーケース(陳列棚)と名付けてご紹介しますので、ぜひ楽しんで学ばれてください。

ご自宅で気軽に行える当社団の健康増進法は練馬区老人クラブほかたくさんの団体から高評価をいただいておりますので、安心してご参加いただきご家族へもお伝えいただきたいと願っております。

一般社団法人日本音楽レ・クリエーション指導協会(ジェムレック)は、音楽レクリエーション指導者1万人を育成し、「100万人を元気にするプロジェクト」を推進しております。あなたもご家族を健康にしながらこのプロジェクトに参加されませんか？

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



講師のご紹介

堀口 直子 (ほりぐち なおこ) JMREC代表理事



長崎県出身 武蔵野音楽大学卒業 厚生労働省「うつ病の認知療法・認知行動療法研修課程」修了

認知症患者のための「音楽療法コンサート」を現在までに500回以上実施するなど、様々な音楽活動を手掛けている。

また、音楽の効果を数値化した研究を行い『音楽療法による認知症ケアの統計学データ検証』『気分障害の緩和に絞った認知症対応型音楽療法プログラムの開発』等の認知症ケア学会、日本音楽医療研究会での発表も行っている。また、音楽を効果的に使ったメンタルヘルスケア、音楽の取り入れ方など企業向け講演も多数行い、音楽を社会に役立てていくため更なる活動を進めている。一般社団法人日本音楽レ・クリエーション指導協会(ジェムレック)代表理事

野口 久恵 (のぐち ひさえ) JMRE健康レクリエーション指導士



埼玉県秩父市在住 約40年間、埼玉県小学校の教員として勤務。JMREC認定講師取得。音楽健康教室を開講し、さらに充実した講座になるように、ラフターヨガリーダー、音楽療法士を取得。秩父市、皆野町、横瀬町、長瀬町、寄居町、東松山市の自治体や介護施設からの依頼で音レク講座を実施。2022年からは本庄市、所沢市、行田市の自治体、自治会等から笑って歌って健康講座の依頼が増えている。いつでも、どこでも、だれでもできる音レクで沢山の方に笑顔と元気を届けていきたい。また、一緒に活動できる仲間をふやしていきたい。

講演中は後方より講師を中心に撮影させていただきますのでご了承ください

