

音楽レクリエーション 指導士養成講座 3級

2026年

申込締め切り 4月15日(水) (締切後にご相談ください)

最少催行人員12名

定員20名

4月26日 日

13:15~16:45 (集合13:00)

受講料 16,500円

税込・教材費込み

再受講 6,500円

(テキストの再購入は別途 ¥3,300)



準備ゼロで
盛り上がる!

ネタ切れ解消!
明日から使える!

楽譜・楽器なしでOK!
音楽(歌)が苦手でも
大丈夫!

3.5時間の講座

修了証を授与いたします
簡単な試験があります



おうちでいつでも復習

※動画はご自宅でいつでも繰り返しご覧いただけます。
動画のご視聴が難しい環境の方は視聴必須では
ありませんのでご安心ください。
事前にご視聴いただくとより理解が深まります。

JMRECマイスター

講師・橘 千鶴

会場

駐車場あります

クレオ大阪中央

住所：大阪市天王寺区上汐5-6-25

大阪メトロ谷町線「四天王寺前夕陽ヶ丘駅」

①、②号出口より徒歩3分



こんな方におすすめ

- レクの時間に毎回、何をすればよいかわからず準備に追われている方
- 全員を巻き込む声掛けや盛り上げ方を知りたい方
- 誰でも一定のクオリティでできる「型」が欲しいリーダーの方



講座内容

- ✓ 認知症と予防の基礎知識
- ✓ 歌っている時の脳内変化
- ✓ あなたも起こせる？音楽の起こした奇跡
- ✓ パーソナルソングの力
- ✓ 音楽レクリエーション
- ✓ 手話歌等20種指導
かたつむり・もも太郎・赤とんぼ・うみ・見上げてごらん夜の星を 他

お問い合わせ

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

〒176-0012 東京都練馬区豊玉北3-18-8 イー・ト矢島7F

TEL : 03-6915-8535 FAX : 03-6915-8536 E-mail : info@jmrec.or.jp





後方より講師を中心に撮影させていただきますので予めご了承ください。

橘 千鶴

JMRECマイスター チェアヨガ指導員

薬の専門学校を卒業後、父の経営する薬局で勤務する。30歳の時に大病を経験し、病気になる前の予防の大切さに気づき、健康づくりのための運動指導（エアロビクス、アクアビクス、ヨガなど様々なグループ指導）を行うと同時に大手フィットネスクラブのエグゼクティブとして指導者育成・プログラム開発に関わる。音楽を使った高齢者の認知症予防、フレイル予防（オトフレ）など取り入れた介護予防運動教室を担当。



お申込書

申込締切 4月15日（水）
締切後は事務局へご相談ください

4月26日(日) クレオ大阪中央
音楽レクリエーション指導士養成講座3級
お申込方法 FAX・メール・HP（下のQRコードより）

お名前

ふりがな

TEL/FAX

携帯電話

ご住所 〒

E-mail

ご案内したメールがゴミ箱やプロモーションに送信されるケースが増えております。事務局からご案内が届かない場合は受信フォルダー以外を確認いただくか事務局までお問い合わせください。

お振込先 東京信用金庫 中村橋支店 普通口座 0001167

一般社団法人 日本音楽レ・クリエーション指導協会

受講料16,500円（税込・教材費込）

テキスト発送・動画URLとパスワード送信後のキャンセルはご返金出来ません（通信講座への振替が可能です）。

事前学習動画は実際に学ぶ音レク全てを丁寧に解説している動画です。事前にご視聴いただくとより理解が深まります。復習にもご活用いただける教材となっております。



Club JMREC
多数の音楽レクリエーションのネタが無料で
観放題
オトフレ・フレイル予防・手話歌など



LINE公式アカウント
友だち募集中

