

心を動かすレクリエーション支援

～心理学から考えるレクリエーション～

主催 三重県 一般社団法人三重県レクリエーション協会



日本レクリエーション協会では、レクリエーションを「心を元気にすること」と定義づけています。レクリエーション支援は、体操やゲーム、スポーツなどのレクリエーション活動をとおして一人ひとりの心を元気にし、やる気が出たり肯定的な考え方になったりするよう人々を導きます。この講習では、理論に裏付けされた支援の計画・実施ができるよう、人々の心の仕組みを知り、心理的に有効な“心を動かす”アプローチの方法について学習します。

日時 平成31年1月13日（日）
9：00～11：45

講師 安永明智氏 文化学園大学 現代文化学部
応用健康心理学科准教授 博士（人間環境学）

研究テーマ 人の健康の維持増進と身体活動の関連
身体活動量の増加や座位行動時間の減少を目指したプログラム開発

所属学会 日本健康心理学学会（理事） 日本スポーツ心理学学会他

会場 三重県総合文化センターセミナー室A

対象者 17歳以上で内容に関心のある方 **参加費** 無料

定員 30名 ※定員を超えた場合は連絡します 受付完了の連絡はいたしません。

申込方法 申込書に必要事項を記入のうえ三重県レクリエーション協会事務局まで FAX かメール、郵送でお申込みください。締切1月7日（月）

その他 本講習会はレク資格取得時の「事業参加」単位となります。

警報発令時等、中止する場合は当協会ホームページにて掲載します。当日の連絡先 090-2184-0006（津幡）

一般社団法人 三重県レクリエーション協会事務局 TEL059-246-9800 FAX059-246-9801
〒514-0002 津市島崎町3-1 三重県島崎会館内 メールmie-rec@zvtv.ne.jp HP「三重県レク協会」で検索

心を動かすレクリエーション支援（1/13）参加申込書

名前 _____ 性別 _____ 年齢 _____

携帯番号 _____ 住所 _____

職業・活動領域等 _____