

スポーツ活動継続支援事業

高齢者レクリエーションワーカー養成セミナー

令和2年度 第1回

新型コロナウイルス感染拡大の影響で、様々な活動の自粛を余儀なくされている状況が続いています。レクリエーションも同様で、最近ではみんなで楽しむ活動が出来なくなっていました。このままでは皆次第に元気を失って、特に高齢者はフレイル(虚弱)やロコモティブシンドローム(運動器症候群)に陥る危険性が高まってしまう。

そこでこの度、日本スポーツ協会の「スポーツ活動継続支援事業」助成を活用し、ソーシャルディスタンスを保ちながら楽しく脳トレやロコモトレができる活動を紹介する講習会を開催することになりました。

このような背景と趣旨の中で開催致しますので、参加費は低額ですが参加者数は先着30人に限らせていただきます。また講習の様子は録画し、オンラインでも観られるように準備していく予定です。

この機会に皆様の参加をお待ちしています。

3密を避けながら
楽しくロコモトレや
脳トレをしましょう。



- 主催 特定非営利活動法人 埼玉県レクリエーション協会
- 期日 令和2年10月11日(日)
- 会場 スポーツ総合センター(上尾市東町 3-1679) 体育実習室
※ JR上尾駅または埼玉新都市交通原市駅から
タクシーまたはバス(けんちゃんバス、市内循環バスぐるっとくん)
- 受講料 500円(受講料、傷害保険料) 当日徴収します!
- 定員 先着30名
- 対象 地域でのサロン関係者、施設やデイサービスのレク担当者、老人クラブのリーダー、地域でのレクボランティア、その他
- 携行品 受講料、筆記用具、軽装、体育館シューズ、昼食等
- 内容

9:30	9:40	11:40	13:00	15:00
開講式	【密にならずにロコモトレ&脳トレ】 ～手遊び・歌遊び・リズム遊び～ 天 野 勤 氏	昼 食 (ご持参 ください)	【民踊で楽しくフレイル予防】 ～地元の踊りを再確認!～ 卯 月 京 子 氏 本 橋 悦 子 氏	閉講式 諸連絡

<申し込み方法>

- ① 受講申込書に必要事項を記入し、10月2日(金)までに届くよう下記へお送りください。(FAX 可)
☆送付先 〒362-0031 上尾市東町 3-1679 スポーツ総合センター内 埼玉県レクリエーション協会
TEL 048-776-2421 FAX 048-776-3032 Mail sai-rec@lily.ocn.ne.jp

令和2年 第1回 高齢者レクワーカー養成セミナー受講申込書

ふり 氏	がな 名	年齢: 歳 性別: 男 女	勤務先名 電 話
自 宅 住 所	〒 電話		