

令和5年度 福利厚生センター 地方委託講習会
レクリエーション・リーダー講習会 開催要項

1 目的

施設で行われる諸行事の企画・立案に役立つ講習会を実施し、働きやすい職場環境づくりに資するとともに、余暇活動の充実を図ることを目的とします。

2 主催

社会福祉法人 福利厚生センター
社会福祉法人 山梨県社会福祉協議会（ソウェルクラブ山梨事務局）

3 参加対象者・定員

- (1) 対象者 会員法人の代表者が推薦するソウェルクラブの会員。
- (2) 定員 20人（各事業所1人とします。ただし、定員に余裕のある場合には複数名での参加を可とします。2人以上申込の場合には優先順位を付けてお申込みください。）

4 開催日時・場所

- (1) と き 令和6年3月5日（火）13:30～16:30
- (2) ところ 小瀬スポーツ公園武道館第二武道場
（〒400-0836 山梨県甲府市小瀬町840 小瀬スポーツ公園内）

5 講習内容

別紙プログラムをご覧ください。

6 参加費

無料（会場までの交通費は参加者負担です。）

7 申込方法・申込期間

別紙申込書に必要事項を記載のうえ、山梨県社会福祉協議会へお申し込みください。（申し込み多数の場合は抽選となります。）

- (1) 申込 FAX 番号 055-254-8614（お間違いのないようご注意ください。）
- (2) 申込期限 令和6年2月2日（金）正午

8 参加者の決定

推薦いただいた法人へ令和6年2月7日（水）までに受講の可否を通知します。

9 その他

- (1) 実技を行いますので動きやすい服装でご参加ください。更衣室も利用可能です。
- (2) 水分補給のための飲み物は、各自でご用意ください。
- (3) 自然災害等により開催を取りやめる場合は、前日までに本会のHPでお知らせします。
- (4) 問合せ先 山梨県社会福祉協議会 総務企画課（ソウェルクラブ山梨事務局）
倉田（TEL 055-254-8613）

ソウェルクラブ
レクリエーション・リーダー講習会プログラム

と き 2024年3月5日(火) 午後1時30分スタート
ところ 小瀬スポーツ公園武道館 第二武道場 (山梨県甲府市小瀬町 840)

渡辺講師考案の、乳幼児から高齢者までを対象とし、受講生の体力や環境に応じた、「健康安全郷育プログラム」に沿ってご指導いただきます。
児童施設から高齢者施設まで、職場の各種アクティビティの企画・実践にお役立てください。

講 師： リズムオブラブ主宰
渡辺 光美 (わたなべ みつみ) さん
(やまなし大使、健康安全郷育アドバイザー、防災士) 講師略歴参照


1 プロローグ

2 テーマ： **元気**

(1) 体を使ったレクリエーション
「リズム体操」「リズムあそび」

(2) 道具(山梨県産材等)を使ったレクリエーション
「リズム運動」「ミットパーカッション R」



 休憩 (ホッと一息!)

3 テーマ： **癒し**
心と体を整えるレクリエーション
「リズムヨガ」



4 エピローグ

【16:30 終了予定】

心と体へ元気と癒し！健康安全レクリエーション
～山梨発信！健康安全郷育プログラムを通して～

山梨県社協（ソウエルクラブ山梨事務局 FAX055-254-8614）行
レクリエーション・リーダー養成講習会 申込書

ソウエル契約者 コード							
----------------	--	--	--	--	--	--	--

法人名 _____
代表者名 _____ 印
電話番号 _____
事務担当者名 _____

次の会員の講習会への参加を申し込みます。

(ふりがな) 参加者氏名	職名	ソウエル会員番号
施設の種別 ※該当するいずれかに○をつけてください。	高齢者 ・ 知的 ・ 身体 ・ 精神 児童 ・ 保育 ・ 社協 ・ その他 ()	
勤務先施設名		
連絡先	〒 TEL FAX	
備考 ※1 事業所で2人以上の申し込む場合は、一人一枚とし、それぞれの備考欄に優先順位をご記入ください。 ※施設（園）内のアクティビティでお困りのことがあればご記入ください。		

- 1 申込期限 令和6年2月2日（金）正午
- 2 FAX番号 055-254-8614（お間違えのないようご注意ください）
- 3 問合せ先 山梨県社会福祉協議会 総務企画課（ソウエルクラブ山梨事務局）倉田
電話 055-254-8613

講師略歴： 渡辺 光美（わたなべ みつみ）さん



リズムオブラブ主宰 やまなし大使 防災士
健康安全郷育アドバイザー ミットパーカッション®
森林セラピスト® 東京 2020 聖火ランナー(山梨県選出)
山梨県総合計画審議会委員 山梨県公益認定等審議会委員
山梨県公安委員会警察署協議会委員・地域交通安全活動推進委員等



山梨県生まれ、甲府市在住。都留文科大学卒業後、公立小学校・幼稚園の教諭を 20 年間務める。2009 年に「かけがえのない大切な命を自分で守る心と体づくり」を目的とした市民団体「リズムオブラブ」を設立。乳幼児から高齢者幅まで幅広い年齢層を対象とし、受講生の体力や環境に応じた、自身考案の「健康安全郷育プログラム」の指導に当たる。山梨県警察と協働し「電話詐欺撲滅」「反射材着用」キャンペーンを実施。山梨県教育庁幼児教育番組「子育て日記」(YBS 山梨放送)企画運営委員として指導・出演。山梨ライブ「ててて!TV」(YBS 山梨放送)で「ててて!リズム運動&おうち体操」を協創・出演。FM 甲府・FM 富士五湖のパーソナリティーとして地域に健康安全を啓発。2022 年山梨県知事より「山梨県民地域貢献者」を受賞。「甲府市女性活躍推進チャレンジ女性 2023」に選出。警視庁「1 日警察署長」に就任。「全国地域安全功労賞」を受賞。

【CD制作】

「開府 500 年おめでとう!体操」「テコレンジャー」「エンジョイ!リズムテコ」

【CM制作】

「やまなしグリーン・ゾーン認証制度 周知テレビコマーシャル『ハローキティ』振り付け」
「『デザインハウス甲府』テレビコマーシャル振り付け」

【映像制作】

「共助の響き!健康安全郷育視聴覚教材」「交通安全・安心体操~横断歩道編~」
「交通安全・安心体操~高齢ドライバーズ編~」「ころばぬ先の The (座)杖体操」
「振り込め詐欺撲滅体操『オレオレサギに御用心』・『悪質サギに御用心』」
「ふるさと山梨でたくましく生き抜ける子どものための健康安全~あそびでまなぼう~」
「山梨発信!『電話詐欺』撲滅体操」「山梨発信!命の光ちゃん~リフレクター~体操」
「放課後の児童の実践的健康安全教育協働事業『自分の命は自分で守る』」
「『手の中の危険』から子どもを守り『手のぬくもり』を届けるプロジェクト」
「山梨県福祉保健部健康長寿推進課協働事業『フレイル予防のための体操』」
「リズム体操『甲府市の歌』で、楽しく『健康安全郷育』」
「山梨県立八ヶ岳少年自然の家協働『親子リズムエクササイズ』」
「信玄公の教え『風林火山』から楽しく学ぶ健康安全郷育」
「山梨県警察本部・南アルプス警察署・甲府警察署・南甲府署協働『いかのおすし体操』」
「山梨ことぶき勸学院協働『健康安全リズム体操アラカルト』」
「山梨県『デートDV』防止啓発動画『知ろう!防ごう!デートDV~基礎編・実践編~』」
「山梨県警察本部交通部・専門学校サンテクノカレッジ協働『とまとのやくそく』」
「山梨県共同募金会社会課題解決プロジェクト『山梨発信!防災リズム体操~地震編~』」

【著作】

「『おでかけシルバーカーたいそう』絵本」(2015 年山梨広告賞奨励賞受賞)
「ミットパーカッション®実践ガイドブック」

【論文共著】

「保育における『安全教育』の考察~幼児の危険察知・回避能力をもとに~」
「伝承遊びを活用した、こどもの危険察知・回避能力の開発に関する基礎的研究」
「子どもの『危険察知・回避能力』に関する体験プログラムの試み
~諸感覚を通してその場の環境(危険)をどう知覚する」