



2023

Withコロナでできるしく

しくリエーション見本市

私たちは、仲間との交流を通して気持ちを前向きにし、「やる気」を引き出し人々の心を元気にすることを、目指してしくリエーション活動を実践しています。

今年は「Withコロナでできるしく」を掲げて取り組んでいます。子ども・青少年・高齢者・障がい者などと共に、現場スタッフとして活躍している皆さんに明日から使えるしくリエーションの素材をお届けいたします。

Withコロナでできるフレイルを意識したしく

- ★ サロンなどの運営スタッフの方
- ★ 地域包括センターなどで活躍されている方
- ★ デイサービス等でしくリエーションを担当されている方
- ★ これからボランティア活動を始めてみようと思われている方

Withコロナでできるウォーキング ～特別講演～

「コロナ禍における運動不足による健康二次被害を防ぐウォーキングとは」

Withコロナでできるスポーツしく ～インドアモルック～

- ★ 地域スポーツを実践されている方
- ★ スポーツを通して健康づくりを実践されている方
- ★ これから活動を始めようと思われている方

Withコロナでできる野外活動ゲーム

(キャンプ活動・アイスブレイク・心を一つにするしく)

- ★ 子ども会活動に、関わっている方
- ★ 学校現場で、野外活動を実践している方
- ★ これから野外活動をしようと思われている方

Withコロナでできるしくリエーション

- ★ 日頃の活動のお困りごとや、ひと工夫等を相談したい方
- ★ 新しいしくリエーションを知りたい方

日時：2023年3月11日(土) 10:30～15:30

★ 自由集合・自由解散 / 受付開始時間 9:45～

★ プログラムによっては実施時間が決まっています。詳しくは裏面をご確認下さい。

場所：安芸区スポーツセンター小体育室 TEL:082-893-1998

広島市安芸区中野東2丁目3番1号

参加費：大人 1,000円 [高校生 200円]

★ 参加費は、当日ご持参下さい。

持参物：上靴・昼食・飲み物

★ 当日は動きやすい服装、不織布マスク着用でお越しください。

★ フレイルを意識したしくへ参加される方はフェイスタオルをご持参ください。

※新型コロナウイルス感染症が疑われる症状のある場合は参加をご遠慮ください。

主催：NPO法人ひろしましくリエーション協会

共催：広島県しくリエーション協会

後援：広島市・(公財)広島市スポーツ協会・(社福)広島市社会福祉協議会

全国福祉しくネットワーク中四国ブロック

10:30 ~ 12:00
コロナ禍における運動不足による
健康二次被害を防ぐウォーキングとは
健康運動指導士 松本 直子 氏

12:00 ~ 13:00
with コロナでできるスポーツレク
インドアモルック

13:00 ~ 14:00
with コロナでできる
野外活動ゲーム

14:10 ~ 15:10
with コロナでできる
フレイルを意識したレク

13:30~15:30

レク相談
レクポータルサイト「レクぽ」紹介

ファミリーやソロキャンプの用具・用品の紹介

10:30
~
15:30

身近な材料を使った福祉レク活動の紹介

- ※ 新型コロナウイルス感染状況等により中止になる場合があります。
- ※ 感染状況等により、中止となる時は、2023年 3月 1日(水)までにHPでお知らせします。

☆ お申し込み方法 HP : <https://www.npohiroshimarec.or.jp/>

HPのフォームより、必要事項をご記入の上、お申し込み下さい。

- ※ 2月20日(月)までに、申し込みをお願いします。
- ※ 申し込みを持って受付完了とし、確認の返信は致しませんのでご了承ください。
- ※ お申込みの際は必ず上記アドレスからのメールを受信できるようにしてください。

☆ 保険について

当日は、行事保険に加入します。事故等が起きた場合は、保険の範囲内での対応とさせて頂きますので、ご了承ください。

☆ お問い合わせ

NPO法人ひろしまレクリエーション協会

E-mail : office@npohiroshimarec.or.jp

〒730-0801 広島市中区寺町4番9号 ツバメビル202号

- ※ 事務所にはスタッフが常駐していませんので、ご連絡は、Eメールにてお願いします。