

ミナレク運動とは

岐阜県が推進する運動で、県民みんながレクリエーションを実践して体・心・頭の健康を増進させ、健康長寿につなげることを目指します。



レクリエーション指導者派遣
指導者を派遣し、レクプログラムを提供

ミナレク運動推進リーダーの養成
「幼児」「児童・生徒・学生」「高齢者」「障がい者」ごとの集合研修の実施

レク用具貸出し
70種類のレク用具の貸出しを実施

レク用具活用セミナー
レク推進団体を対象に、進呈するレク用具の活用方法を学ぶセミナーを実施

動画配信
レクリエーションに関連する動画を県レク公式YouTubeにて配信

次世代人材育成
高校生や大学生を対象にした、座学・実技を含んだ講習会の実施

全国レク大会研修派遣
全国レク大会(10～11月・愛知県)にレク推進団体を派遣

市町村レク協会等活性化研修
市町村レク協会等の運営支援やネットワークづくりにつながる研修を実施

岐阜県レクリエーション推進団体

各種レクリエーション活動やミナモ体操などに積極的に取り組む、県内の学校、事業所・企業、各種団体等をレクリエーション推進団体として県が認定して活動の支援を行っています。是非お申込みください。



認定の要件

児童生徒や職員等がレクリエーションやスポーツに親しむための行動計画を作成し、実践すること

認定方法

- ①申請書を県(ねんりんピック推進事務局)に提出してください。
- ②県が審査を行い、認定する団体に認定証を交付します。



県ホームページ

認定のメリット

- 「ミナモ体操DVD」進呈
- レク用具進呈とその活用方法を学ぶセミナーへの参加
- 各世代を対象としたレクリエーション研修会への参加
- レク情報誌の送付 など

一般社団法人 岐阜県レクリエーション協会

問い合わせ先

〒502-0817 岐阜市長良福光大野2675-28 岐阜メモリアルセンター内
TEL:058-295-7257 FAX:058-216-0622
メール info@gifu-recreation.or.jp

3 すべての人に健康と福祉を



ミナレク運動を紹介しています!

(一社)岐阜県レクリエーション協会HP



Facebook



YouTube



Instagram



LINE



令和7年度 岐阜県主催

レクリエーション指導者派遣事業のご案内

岐阜県では、県民が楽しみながら健康づくりに取り組める「ミナレク運動」を推進しています。



レクリエーションを通じた笑顔と健康づくりのため、指導者を派遣します！
「基本コース」と「オーダーメイドコース」の2つのコースがあります。ぜひご利用ください。

派遣対象

県内の幼稚園や保育園、認定こども園、学校、会社、放課後児童クラブ、高齢者・障がい者施設、各種団体など

費用

無料

実施期間

令和7年4月1日(火)～令和8年3月31日(火)
※派遣数に限りがありますので、あらかじめご了承ください。

内容

基本コース

レクリエーションを気軽に利用したい団体向け(年1回のみ)

オーダーメイドコース

継続的にレクリエーションに取り組みたい団体向け(複数回)

※詳細は中面をご覧ください。



岐阜県 ・ 一般社団法人 岐阜県レクリエーション協会

レクリエーションを気軽に利用したい団体向け

派遣先の依頼内容に合わせた、基本的なレクリエーションプログラムを提供します。体を動かす楽しさや、コミュニケーションを促進させるグループレクゲーム、頭が活性化する脳トレ体操など楽しいレクリエーションが体験できます。



幼児

(0才～6才、親子)



- ミナモダンス指導
- 子どもの多様な動きをつくる 運動あそび
- 親子ふれあいあそび など

児童・生徒・学生

(小学生～大学生)



- 体力向上につながる運動あそび
- 放課後児童クラブでのレク活動
- ニュースポーツ体験 など

就業者

(会社や各種団体など)



- 日頃の運動不足を解消
- 職員同士の交流を深める アイスブレイク※ など

※初対面同士や会議などにおけるコミュニケーションを円滑にする手法

高齢者

(介護、福祉施設・団体など)



- ミナモ体操
- 介護予防に役立つ健康体操
- 認知症予防に使える脳トレ体操 など

障がい者

(子どもから大人の方まで)



- 障がいのある方もない方も楽しめる体操
- 音楽や用具を活用した運動 など

内 容

レクリエーションの指導者を派遣し、依頼内容に応じたプログラムを提供します。

申込方法

「レクリエーション指導者派遣申請書(基本コース)」にご記入のうえ、メール、FAX、郵送のいずれかにてお申込みください。 メール: info@gifu-recreation.or.jp FAX: 0 5 8-2 1 6-0 6 2 2

派遣の流れ

① 申込

申請書をメール、FAX、郵送にてお申込みください。

② 決定

指導者が決定したら「決定通知」を送付します。
※指導者と直接打合せをしてください。
※決定まで1ヶ月以上かかります。

③ 派遣

指導者の派遣

④ 報告

終了後、簡単な報告書や実施状況が分かる写真を提出してください。



笑顔づくりに

生きがいづくりに

体力づくりに

脳のトレーニングに

健康づくりに

レクリエーションを継続的に取り組みたい団体向け

派遣先のニーズに基づき、継続的に取り組めるレクリエーションプログラムを提供します。



こんなお悩みありませんか？

- レクリエーションを取り入れたいが、どのようにやれば良いか分からない
- 手軽に誰もが楽しめる継続的なレクリエーションプログラムを知りたい
- 運動習慣の定着を図るプログラムを知りたい など...



岐阜県レクリエーション協会と資格をもった講師が協力してサポートします!!



内 容

派遣先が継続的に取り組めるレクリエーションプログラムの提供及びレクリエーション指導者の派遣をします。プログラム開始前にヒアリングを実施し、計画の立案を行います。

回 数

複数回
(回数はヒアリング時に決定します)

申込方法

「レクリエーション指導者派遣申請書(オーダーメイド)」をご記入のうえ、メール、FAX、郵送のいずれかにてお申込みください。 メール: info@gifu-recreation.or.jp FAX: 0 5 8-2 1 6-0 6 2 2 事前にお電話でのご相談も受け付けます。(TEL: 0 5 8-2 9 5-7 2 5 7)

派遣の流れ

① 申込

電話でのご相談 申請書の提出

② 決定

派遣及び指導者の決定

③ ヒアリング・計画の立案

ヒアリングの実施、日程・内容の決定

④ プログラム開始

計画に沿ってレクリエーションを実施

⑤ 報告

終了後、簡単な報告書や実施状況が分かる写真を提出