

～スポーツ・イン・ライフを推進する～「元気アップ教室」

参加者
募集中

マンカラ教室



<元気アップ・リーダー（マンカラ普及員）養成>

2020. **12.13** (日)

9:30～12:30 (受付9:15～)

会場 **小郡ふれあいセンター 2階集会室**

(山口市小郡下郷1440番地の1)

対象 レクリエーション公認指導者
いきいきサロン・地域介護予防ボランティア
スポーツ推進委員、幼保育・学校教育関係者
マンカラに興味・関心のある18歳以上の方 など

定員 30名 (先着順)

参加費

一般参加者 (下記以外の方)	3,000円
レク指導者会員または賛助会員	2,500円
レク指導者会員で賛助会員の方	2,000円
マンカラ普及員	1,500円

※ガイドブックが必要な方は、別途500円(税別)が必要。

締切 12月9日(水) ※定員になり次第締切り

持参物 筆記用具、マスク
活動実績カード または 学習履修カード (お持ちの方)

マンカラは、起源とされているアフリカを始め、ヨーロッパ、東南アジア、カリブ海諸国など、世界中でプレーされている豆まきゲームです。国や地域によって遊び方に違いがありますが、交互に豆を捲いて相手の豆を取っていくというおおまかなルールは共通しています。日本でも、子どもから高齢者まで、多くの方が楽しまれています。

「元気アップ・リーダー(マンカラ普及員)」は

マンカラの基本的なルールだけでなく、様々な遊び方を身につけ、地域で子どもから高齢者までを対象にマンカラの楽しさを伝えたり、一緒に活動している仲間やボランティアにマンカラのルールや技術を伝達したりしながら、心も体も元気に行うことができる、それが「元気アップ・リーダー(マンカラ普及員)」です。

【主催】 **一般社団法人山口県レクリエーション協会**

〒753-0072 山口市大手町7-4 KRY山口放送山口支社ビル2F

TEL/FAX 083-934-5510 (平日9:00～17:00) Eメール yamareku@oregano.ocn.ne.jp

【後援】 **山口県 山口市 山口県スポーツ推進委員協議会 社会福祉法人山口県社会福祉協議会**



本事業は、スポーツ振興くじ助成金を受けて実施しています。

●●● プログラム ●●●

※プログラムの一部に変更が生じる場合があります。

時間	プログラム	内容
9:30～9:40	開会・オリエンテーション	
9:40～9:55	マンカラの概要	◆マンカラとは ◆マンカラの主なルール
9:55～10:45	マンカラの体験①	◆「ベーシック」 ◆「シーソー」など
10:45～11:35	マンカラの体験②	◆「カラハ」 ◆「オワリ」など
11:35～12:05	マンカラの体験③	◆勝つためのコツ
12:05～12:25	登録手続き	◆元気アップ・プログラムと元気アップ・リーダーについて ◆マンカラ普及員について
12:25～12:30	閉会	

その他：《新型コロナウイルス感染予防のための参加辞退要件》

当日、以下の項目に該当するものが1つでもある場合には、参加の自粛をお願いします。

- ・平熱を超える発熱
- ・咳、のどの痛みなど風邪の症状
- ・だるさ、息苦しさ
- ・嗅覚や味覚の異常
- ・体が重く感じる、疲れやすい等の倦怠感
- ・同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合

※キャンセルされる場合は、必ずご連絡ください。

「マンカラ教室」参加申込書

ふりがな 氏名	性別	男・女	生年月日	西暦 月 日	年 日
住所	〒				
緊急連絡先 (電話番号)	FAX				
* 該当するところ全てに必ずチェックを入れてください					
<input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> レク公認指導者 <input type="checkbox"/> 賛助会員 <input type="checkbox"/> マンカラ普及員					

※一般社団法人山口県レクリエーション協会は、提出される参加申込書に記載されている個人情報について、以下の目的において使用し、厳正なる管理のもと保管いたします。

使用目的 ①研修会の連絡 ②当協会の講習会・研修会の案内

申込み・問合せ先

FAX:083-934-5510

Webでのお申込みはこちら →→→



一般社団法人

山口県レクリエーション協会

〒753-0072 山口県山口市大手町 7-4

KRY 山口放送山口支社ビル 2F

当日の緊急連絡先 090-6411-6557 (三原)

TEL/FAX : 083-934-5510

E-mail : yamareku@oregano.ocn.ne.jp