

これまでにない音楽を活用したレク・リハビリ

音楽リハビリ指導員養成講座

仙台市で音楽療法と運動療法を組み合わせた音楽リハビリプログラムのサービス提供をしているゆらリズムと申します。実際のデイサービスの現場で生まれた、どこの施設でも活用可能なプログラムのご紹介です。本研修はこれまで約150名の方が受講している「音楽リハビリ指導員養成講座」になります。

音楽 × 健康 × 高齢者

- ・楽しく運動して寝たきり予防！
- ・鬱・認知症予防にも音楽が効く！
- ・音楽で趣味生きがいづくり！
- ・音楽イベントで地域活性化！

音楽と運動を組み合わせた「音楽リハビリプログラム」。介護予防の観点から音楽の「聴く」「歌う」「運動する」「演奏する」を学びます。

介護予防



高齢化社会における地域福祉や介護予防、高齢者の疾患などを学びます。

リラクゼーションヨガ



イスに座って簡単にできるヨガで心も身体もほぐします。身体が固くても大丈夫です♪

リズム運動



リズムに合わせて全身を動かします。楽器や発声も組み合わせると楽しくストレス発散します♪

脳トレ演奏



大正琴やトーンチャイムで楽しく脳トレをします。音符を使わない独自楽譜です♪に演奏可能です♪

【受講対象】 音楽、健康、高齢者に興味ある方(楽器演奏や運動が苦手でも全く問題ありません！)

【講座内容】 地域福祉、高齢者の健康、介護予防、音楽療法などについて学びます。(2日間)

認定証発行します！



【配布資料】
動作マニュアル・動作DVD・オリジナル楽譜

NHK、新聞、雑誌などにも掲載されています！

全国初の音楽リハビリ専門デイサービスで実際に行っているプログラムです。TV、新聞、雑誌、ラジオの取材をはじめ、自治体や大学、学会での講演や海外メディアにも取り上げていただいております。



お気軽にお問い合わせください♪



音楽で健康も生きがいも

TEL:022-251-2021

FAX:022-251-2031

宮城県仙台市泉区南光台南1-1-3

音楽リハビリ 検索

講座名	内容
1 音楽リハビリについて	1)音楽と介護予防を結びつける6つの観点 2)「今どきの高齢者」と好みの音楽 3)「音楽リハビリ」導入・実践例
2 リラクゼーションヨガ	1)リラクゼーションヨガ導入のキーワード 2)効果を高める運営のコツ・指導員の役割 3)【体験学習】リラクゼーションヨガの実践・指導のポイント 頭/首/肩/腕/腰/足
3 リズム運動	1)リズム運動導入のキーワード 2)効果を高める指導・運営のコツ 3)【体験学習】リズム運動の実践・指導のポイント 上半身のみ/上半身+下半身/上半身+下半身+発声
4 脳トレ演奏	1)音楽レク導入のキーワード 2)効果を高める指導・運営のコツ 3)【体験学習】音楽レクの実施・指導のポイント ①コミュニケーション方法 ②楽器演奏

日 時 1日目：7月4日(日)9:30~16:30(6時間)
2日目：7月11日(日)9:30~16:30(6時間)

会 場 音楽リハビリデイサービスゆらリズム南光台店
仙台市泉区南光台南1-1-3シンセービル
022-251-2021
昼食は各自でご準備ください。

対象者 レク/機能訓練/地域交流/介護予防/ヨガ/音楽療法に興味ある方

受講料

○ 48,000円(税込み52,800円)

○ 当日現金払い・事前銀行振込

領収書が必要な方お申し出ください。



講師：菊地義仁

- ・東北福祉大学卒業
- ・音楽リハビリトレーナー
- ・仙台市石巻市介護予防教室 講師
- ・介護福祉士・介護予防運動指導員
- ・介護予防ヨガインストラクター
- ・NHK・雑誌出演

【講座テキスト】

- ・受講修了証
- ・動作マニュアル
- ・音楽CD
- ・かんたん楽譜



受講生の声

- 自然に身体を動かせるリズム運動は自分も楽しい！(老健：看護師)
- レクや運動に音楽を加えるだけでこころも変わるのか！(デイ：介護職員)
- 高齢者でもできるようにヨガが工夫されていてスゴイと思いました。(デイ：機能訓練担当)
- クリスマス会を目標に演奏練習していきたい。(デイ：レク担当)
- ヨガは食前の口腔体操としても効果的だと思いました。(老人ホーム：介護福祉士)

音楽リハビリ研修申込み希望 FAX:022-251-2031

事業所名			
住所			
電話		FAX	
参加者氏名		参加者氏名	