

数多くの地域運動教室を手掛ける鈴木玲子先生による、

# さまざまな場面での アイスブレイキング法

8/5  
(土)

参加者の緊張を和らげ、教室やイベントで盛り上げたり、コミュニケーションを図る手法などに使われる「アイスブレイク」。

100名規模のイベントや、地域教室での導入など、さまざまな場面で使われています。

この講座では、それぞれの場面で実施する際の展開法や注意点などを実習を交えて学びます。

自分が活動する現場に合わせたアイスブレイク法を身につけませんか？



鈴木玲子先生

## ◆ 開催日時

8月5日(土)

13:30 ~ 16:30 (休憩含む)

## ◆ 会場

東北福祉大学 仙台駅東口キャンパス  
4階 41教室

## ◆ 料金

3,500円 (資料代、消費税込)

## ◆ 申込締切

7月31日(月)まで

(定員になり次第締切となります)

## ◆ 講師

鈴木玲子先生

東北福祉大学 特任准教授 / 健康運動指導士

## ◆ 対象

運動指導に携わっている方、これから携わる方  
地域で活動する運動リーダー・サポーター  
健康運動指導士、健康運動実践指導者  
保健師、介護職員 等

## ◆ 定員

40名 (お早めにお申し込みください)

※スケジュール・内容等変更になる場合がございます。予めご了承ください。

## お申込み・お問合せ

東北福祉大学 社会貢献・地域連携センター  
予防福祉健康増進推進室



TEL◇022-208-7792

FAX◇022-208-7791

MAIL◇info@tfu-ac.net

WEB◇ [仙台元気塾](#) [検索](#)

TEL、FAX、Eメール  
のいずれかで  
お申し込みください。

【受付時間】月～金9:00-17:00  
土 9:00-12:00

日・祝日  
お休み

〒989-3201  
宮城県仙台市青葉区国見ヶ丘6-149 東北福祉大学雄翔館1F

**講師** **鈴木 玲子** Reiko Suzuki

東北福祉大学 社会貢献・地域連携センター予防福祉健康増進推進室 特任准教授  
 日本女子体育大学 体育学部卒業  
 東北福祉大学大学院 修士課程を修了 社会福祉学修士  
 東北福祉大学特任准教授として学生指導の傍ら、予防福祉健康増進推進室や自治体での運動指導・講演で全国を飛び回っている  
 震災後は被災地の運動支援にあたり、現在も復興プログラム研究リーダーを務めている  
 健康運動指導士 / NPO法人日本ノルディックフィットネス協会 アドバンス インストラクター / カントリーラインダンスインストラクター  
 NPO法人 健康応援わくわく元気ネット理事長



**会場** **東北福祉大学 仙台駅東口キャンパス**

宮城県仙台市宮城野区榴岡 2 丁目 5 番 26 号



**【会場アクセス】**

JR仙台駅東口より徒歩 3 分

- ◆東西地下自由通路「出入口 1」より地上に出てすぐ。
- ◆公共交通機関をご利用ください。仙台駅東口キャンパスには、専用駐車場がありません。付近の有料駐車場のみとなりますので、ご協力をお願いいたします。

**お申し込み** **TEL、FAX、Eメール** のいずれかでお申し込みください。

**TEL ◆ 022-208-7792** 電話受付時間  
月～金 9:00～17:00  
土 9:00～12:00  
**FAX ◆ 022-208-7791** メール ◆ [info@tfu-ac.net](mailto:info@tfu-ac.net)

**【受講料について】**

当推進室受付にて直接入金いただくか、郵便局にて下記口座へ払込みください。

【口座番号】 02250-0-79726  
 【加入者名】 東北福祉大学 予防福祉健康増進推進室

※払込手数料は、お客様ご負担をお願いいたします。  
 ※入金後、キャンセルによる返金はできかねますので、予めご了承ください。

— 開講 1 週間前に「開講案内」をお送りします。開始時間・会場をご確認ください。 —

**講座申込書**

【記入日 年 月 日】

フリガナ		生年月日	昭和・平成	年	月	日 (才)
氏名						
住所	〒( ) ( )					
固定電話番号	( ) ( ) ( )	携帯電話番号	( ) ( ) ( )			
メールアドレス	@					
勤務先 / 活動場所		保有資格				

玲子先生に聞きたい！  
質問・要望

**FAX ◆ 022-208-7791**

\* 申込書に記載いただいた皆様の個人情報は、当該目的以外には利用することはありません。  
 \* 送付の際、FAX 番号をお間違えになりませんようご注意ください。