

公益活動報告書（市民活動実績報告書）（令和5年度分）

（宛先）岡崎市長

令和6年4月24日

団体名 Aloha! mama

代表者 山内 雅子

構成員 48 人 （※令和6年4月1日時点の構成員数）

団体の目的：団体の会則・規約に定められた団体の目的を記入してください。

本会は運動を通じてママたちの健康増進、体力の向上を目指し
子育てをより楽しむことを目的とする

私達の団体が掲げる目的を実現するための活動を、以下の項目に従って報告します。
なお、記載内容を一般に公開することに同意します。

■ 1 団体の活動目的達成に向けて、今年度はどんな活動をしましたか（公益活動に限る）。

活動日 又は期間	場 所	公益※1を受けるのは 誰（何）か	受益者数		活 動 内 容	公益を受けるものに どのような効果があったか
			会員以外	会員※2		
R5 R6 4/1 ~ 3/31	なごみん (北部地域 交流センター 第3活動室)	市民(参加者)	3人	平均 13人	水曜・全曜 大人(お母さん連れのママ 含む)の健康体操や目押し 運動	女性特有のトラブル解消 姿勢改善。 じわリフレッシュする
R5 R6 4/1 ~ 3/31	なごみん (北部地域 交流センター 第1活動室)	市民(参加者)	1人	平均 7人	火曜 老若男女対象問わず 身体をほぐす運動	姿勢改善し じわリフレッシュする
R5 R5 5月 ~ 11月 (毎週月1回)	なごみん (北部地域 交流センター 第3活動室)	市民(参加者)	1人	平均 8人	土曜(月1回) 1歳までの育児のための パパママふれあい エクササイズ	お母さんのスキニップ 方法のヒントをお伝えし 親子の絆を深めるきっかけ

※1 公益 市に登録した分野での活動で、広く市民社会一般にもたらされる利益（公益が団体や、その構成員や会員に対してもたらされる活動は、公益活動には当たりません。）

※2 会員 構成員であるなしに関わらず、公益の提供者として会の活動に参加する人

☆記載欄が足りない場合は、別紙を添付する形で構いません。

■ 2 前項1に基づき、活動の公益性を自己評価し、付随する質問にお答えください。

①公益性の度合いを自己評価してください（数字に○をつけてください）

高い ← ⑤ 4 3 2 1 → 低い

②上記の評価をした理由をお書きください

子育て世代から子育てを終えた世代の皆さんが同じ目的を持って活動しながら
子育てや地域の情報交換の場となり、助け合いの場となっているため。
また、男性も活動できる場も設け、地域交流の場となっている

裏面の自己診断チェックリストをご確認ください。