

公益活動報告書(市民活動実績報告書)(令和6年度)

(宛先)岡崎市長

令和7年4月1日

団体名 AUJAS CLUB

代表者 松崎 礼子

構成員 5 人(※令和7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、ダンス・ヨガなどの体操を通じて、健康の増進、体力の向上に寄与すると共に、ストレスの解消や市民の交流の場を設ける事を目的とする。また、ヨガ、ダンスなどを用いたチャリティーイベントの開催により収益を市内の非営利団体や東部の被災地団体に寄付し、社会に貢献する事を目的とする。

私達の団体が掲げる目的を実現した活動を、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、今年度はどのよう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	公益を受けた ものは?	受益者 (会員以外) 人数※1	活動内容
毎週 水曜日	六ツ美分館	市民	6~10	健康維持を目的とした ヨガ教室

※1 公益を受けたものが「人」ではない、数が把握できない場合は記載がなくてもよい。<ex.自然環境>

■2 前項1に基づき、1年間の団体活動で岡崎市(広く市民社会一般)に何をもたらしましたか。

40~70代の方を中心にヨガ教室をやっています。1週目=下半身 2週目=上半身 3週目=全身調整
4週目=ヨガマインドフルネス(瞑想法)と内容を変え、心身バランスを整え健康な生活を送って
いっていただくべく、また参加者同士のコミュニケーションもとっていたり、また行事にも行っています。

■3 今年度の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。

長く参加していただいている方も多く、みなさん^にいつも喜んでいただいています。
人数次第ではありますが、皆さんの満足度は高いと実感しています。

裏面の自己診断チェックリストもご記入ください。