

## 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3月 日

団体名 Bilancia-Yoga

代表者 前田 弘美

構成員 5 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。

生活習慣病予防対策として、精神的なストレスと肉体的な運動不足など、  
ヨガを通じて緩和し、市民の健康促進に寄与する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		
年3回	三河病院	ダイケアサセス	10	1	ヨガ	心の癒いになり 楽しみにしている方がいます。
月1回	三河病院	小児病棟	10	1	ヨガ	今年からの依頼 体を動かすことをきっかけ して楽しく活動ができました。

※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も構いません。

## ■ 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

小児病棟の依頼を受けて、子供達向けのヨガを始めた

大人向けは静を始めるように入れていくことを学びました。

裏面の自己診断チェックリストをご確認ください。