

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11日

団体名 楊名時太極拳円の会

代表者 足立 誠子

構成員 10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、楊名時太極拳を学び、市民の皆様と共に楽しみながら柔軟な心身の維持を学び、健康増進、体力の向上、運動機能の向上を図る。

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		
令和5年4月～ 令和6年3月まで 月4回	リゾラ会議室 302	岡崎市民 他-	体験学習 のべ 50人	10人	体験学習 呼吸 若足バランス太極拳	体幹部の強化 転倒防止 楽しい相ももって太極拳
ボランティア	寺、井田町	市民、他 のべ50人	50人		寺の檀家の人々と 感謝して ピンポンコロの太極拳	固くなった筋肉 動けなくなった体を知り 楽しくゆくり太極拳
					月4回 之年用	パーキンソンの生徒さん 体の振れか極しはり 元気に楽しく太極拳を学ぶに

※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

太極拳の学びにより体幹部の強化とほり、片足立ちにてバランス良く体を維持出来る結果、転倒、骨折の予防とほり寝たきり防止の力とほり、
楽しい日常生活を営むことか出来ることの「幸せ感」を思いうる人々もいる
よって太極拳活動は有益である。

裏面の自己診断チェックリストをご確認ください。