

(宛先)岡崎市長

令和8年4月1日

団体名 健康会太極拳クラブ

代表者 伊東 昌美

構成員 31人(※令和8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。

- ・健康を維持促進し、その方法を広く市民に普及させていくこと。
- ・太極拳を通して呼吸法や身体の動かし方などを広めていくこと。

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
2025.7.30.	デイサービスセンター からふる美合	施設通所・入居者、 スタッフの皆さん	35~40名	車椅子や椅子に座ったまま、上半身を 動かししたり、呼吸法や太極拳を一緒に 行ったりした。
2025.9.15.	一畑山薬師寺	薬師寺参拝者、 フェスティバルス タッフの皆さん	約40名	サマーフェスティバルで太極拳の演舞 をし、披露し、参拝者やスタッフさんに 観ていただいた。
2025.11.12.	岩堀公民館	女性の会会員の 皆さん	25名	太極拳や呼吸法の説明後、手足の動き を練習し、太極拳を一緒に行った。

※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。

太極拳の動きや、転倒防止・心肺機能向上などの効果を、一般の方々に広報することができた。また、一緒に楽しく体験していただくことで、呼吸の深まりやリラックス効果を実感していただくことができた。

■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。

- ・広報活動が功を奏し、健康会の会員が増えた。今後、男性会員を増やしていきたい。
- ・機会を捉えて、デイサービスセンターや公民館などで、太極拳のよさをアピールすることができた。