

公益活動報告書（市民活動実績報告書）（令和4年度分）

（宛先）岡崎市長

令和4年3月 / 日

団体名 爽活クラブ

代表者 三浦 真紀子

構成員 5人 （※令和5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。
 体を養ふ健康体操を行うことにより、市民の健康増進、体が向上を促進し、
 健康意識を高めると共にコミュニケーションの場となり、市民の仲間づくりや
 高齢者の生き甲斐に寄与すること目的とする。

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	受益者※		活 動 内 容	効 果	分類 ※
		会員以外	会員			
1月25日	なごみん	2	5	体を養ふ健康体操をし ながら体の使い方の レクチャーをしました。	体を動かすことの 大切さを知り、正しい 姿勢で歩かせる。	
3月29日	なごみん	3	4	同上 会費、給付金等のコミュニケーション を取りながら行いました。	下の方もみえる。 レッスンが終了、その時 に体のゆがみを	
5月23日	なごみん	2	6	〃	感じて下エリ。 足取り軽くなるこ えました。	
9月26日	なごみん	2	6	〃	家族にも体を動 かす大切さをい えると言ってもら えました。	
11月28日	なごみん	3	5	〃	考えながら行う エクササイズは脳トレ にもなる、とま ち。	

新型コロナウイルス感染拡大防止のため（新型コロナウイルスの影響により）公益活動
 が全く実施できなかった。（該当する場合)

※受益者 団体が提供したサービスを受けた人

※分類 ①=人を助ける活動 ②=活動の担い手を育てる活動 ③=人々を啓発し、団体の目的を広める活動

☆活動についてチラシ、報告・記録などがありましたらあわせてご提出をお願いします。

■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

活動に参加して下さる方が近所の方やお友達等をお誘い下さり、コミュニケー
 ーションの場としても広まっている。為リポート率も高い。体が軽くなるなど外出の意欲
 も高まってきている為公益性は高いと思います。