

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2月27日

団体名 爽活クラブ

代表者 三浦真紀子

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。

体を鍛える健康体操を行うことにより、市民の健康増進、体力向上を促進し、健康意識を高めると共にコミュニケーションの場として市民同士の仲間づくりや、高齢者、生き甲斐に寄り添うことを目的とする。

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		
1月17日	なごさん	岡崎市 市民の健康づくりを 通じて活力ある 社会実現に寄与	3	6	体を鍛える体操も 行い自分の身体が 変化気がして丁度 ながら、健康的な 身体が使い方を善後 生活に取り入れて もらえようという しなから行いまた 又お互いの変化を 感じながら行い より健康への意識が 向上する内容 であります。	健康とは何から来る 体が動かせる喜び 動かす大切さを 感じ、日常生活で 身体の使い方を 下さる方が増え、 外出する事が 楽しいと言 下さる方が増え ます。 ジムに参加 すること コミュニケーションが 増え、帰宅時に みなさん笑顔で 又、家族みんな 運動しています。 という お声も届いています。
4月18日	なごさん	"	2	10		
7月25日	なごさん	"	5	9		
8月22日	なごさん	"	4	10		
11月28日	なごさん	"	2	10		

※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 ← ② 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

体を動かした方が良いとは分かっていながらも、何からやれば「良い」のか? 又一人で続けられないけれど、ここに来れば1人のメンバーさんや参加者のみなさんとコミュニケーションを取りながら体を動かせるので続けやすいと参加して下さる方が増えている。健康を維持しながら自ら動き、社会参加をするのが社会(市民)の活力を維持する為にも不可欠である為、岡崎市民の公益性に貢献できる。
 裏面の自己診断チェックリストをご確認ください。