

## 公益活動報告書(市民活動実績報告書)(令和7年度)

(宛先)岡崎市長

令和8年3月6日

団体名 はつらつ健康体操の会

代表者 松平洋子

構成員 8 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。

健康体操を通じて、市民の健康意識の向上と心身の健やかな生活を推進することを目的とする

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
6/22	特定非営利活動 法人 のぞみ	のぞみ入所者	20名	健康の話と椅子の体操
11/20・12/18 2/2・2/19	六ツ美南部学区 市民ホーム	学区内高齢者と 小学校4年生	200名	高齢者と4年生の交流会にて、 体操・ゲームを行う
7/16・1/21	山中学区 市民ホーム	山中学区 ふれあい健康部	30名	レクリエーションと健康のための体操
毎月 第3木曜日	六ツ美南部学区 市民ホーム	六ツ美南部学区 いきいきクラブ	240名	レクリエーションと健康のための体操
6/25・9/6・2/5	岡崎・上地・緑丘 学区市民ホーム	各学区 未就園児親子	125名	親子体操 (体あそび・手あそび・リズムダンス 等)
毎月 1回	福祉の村	障がいのある方	48名	レクリエーションと健康のための体操

※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。&lt;ex.自然環境&gt;

## ■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。

高齢者や障がいのある方への運動指導やレクリエーションを行うことにより、心身の健康向上と笑顔をつくりだすことができた。また、児童委員会の子育て支援の場では、親子の絆を深める親子あそびの提供と保護者のストレス解消のお手伝いできた。

## ■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。

運動不足になりがちの方々へ、心身の健康のための運動やレクリエーションを提供することができた。

裏面の自己診断チェックリストもご記入ください。