



第12回定期総会

NYU

平成25年6月30日(日)

特定非営利活動法人 日本YOGA連盟

NPO法人 日本YOGA連盟

定款 第3条

この法人は、ヨガを通じて、幼児から高齢者など幅広い階層に対して、病気の予防と健康維持増進支援に関する事業及び指導者の資質向上と育成を図る事業を行い、社会の福祉に寄与することを目的とする。

NPO法人 日本YOGA連盟

定款 第5条

この法人は、第3条の目的を達成するため、次の事業を行う。

(1) 特定非営利活動に係る事業

- ① ヨガの巡回講習事業
- ② ヨガの指導者の人材育成事業
- ③ ヨガによる健康増進のための調査及び研究事業
- ④ 官公庁からのヨガの受託事業
- ⑤ 広報活動事業

【第**1**号議案】

平成**24**年度
事業報告承認の件

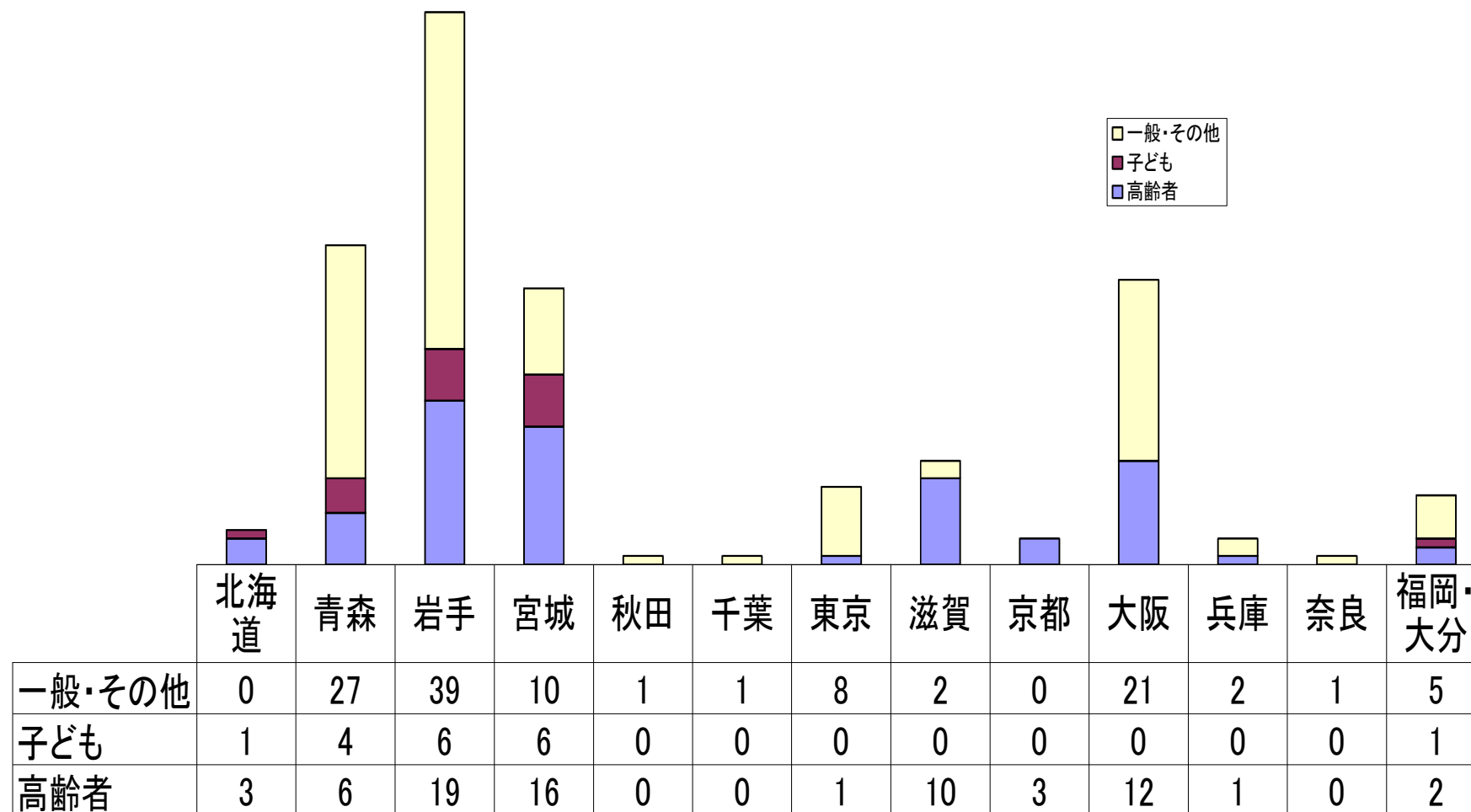
巡回講習事業

(自. 2012年4月1日 至. 2013年3月31日)

活動地	件数	証回数(回)	証従事会員数(名)	証受益者数(名)
北海道	4	35	57	563
青 森	37	510	455	3308
岩 手	64	1021	1114	11755
宮 城	32	120	164	2068
秋 田	1	24	24	113
千 葉	1	131	131	1414
東 京	9	224	225	2681
滋 賀	12	206	262	3216
京 都	3	142	144	2622
大 阪	33	826	956	8635

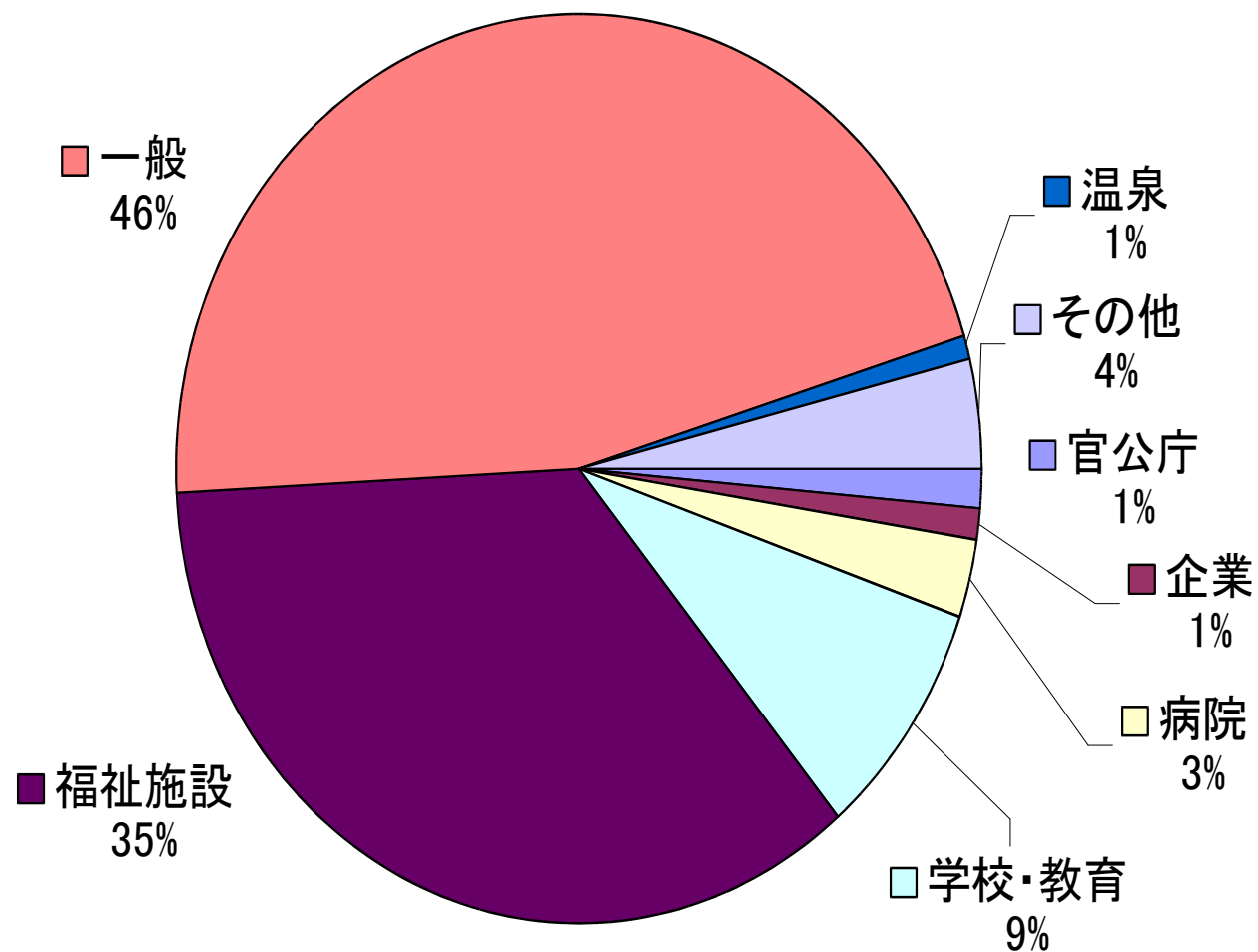
巡回講習事業 対象者区分別

(自. 2012年4月1日 至. 2013年3月31日)



巡回講習事業 カテゴリ別

(自. 2012年4月1日 至. 2013年3月31日)



人材育成

ヘルスケア・サブワーカー: **30名** ワーカー: **33名**

地 域	サブワーカー 取得者数(名)	ワーカー 取得者数(名)
青 森	10	13
岩 手	5	8
宮 城	1	4
大 阪	7	8
福 岡	7	0

人材育成

指導者養成講座: **41**名

場 所	受講者数(名)
宮 城	4
岩 手	9
青 森	10
大 阪	8
福 岡	7
東 京	3

人材育成

ボリ、タリ一講座・つぎ

日程	場所	受講者数	テーマ
5/20.5/27.6/3	滋賀県彦根市	6	高齢者ヨガ
6/17.7/1.7/22	青森県青森市	5	一般ヨガ
7/25 4.11/17.11	大阪府大阪市	8	高齢者ヨガ
1/20.1/27.2/3	宮城県名取市	4	家族で行う、ペアヨガ

第11回定期総会の開催

日時：平成24年6月24日（日）午前10時
場所：仙台国際センター
(宮城県仙台市青葉区青葉山)



理事会の開催

第 1回	平成24年 4月16日	大阪府淀川区コガ連明事務所
第 2回	平成24年 5月15日	スカイプ会議
第 3回	平成24年 6月10日	スカイプ会議
第 4回	平成24年 6月23日	仙台市民活動サポートセンター
第 5回	平成24年 7月 3日	スカイプ会議
第 6回	平成24年 7月26日	スカイプ会議
第 7回	平成24年 8月28日	スカイプ会議
第 8回	平成24年 9月27日	スカイプ会議
第 9回	平成24年11月14日	スカイプ会議
第10回	平成24年12月18日	スカイプ会議
第11回	平成25年 1月16日	スカイプ会議
第12回	平成25年 2月 6日	スカイプ会議
第13回	平成25年 2月16日	東京新宿区かどやホテル会議室

【第2号議案】

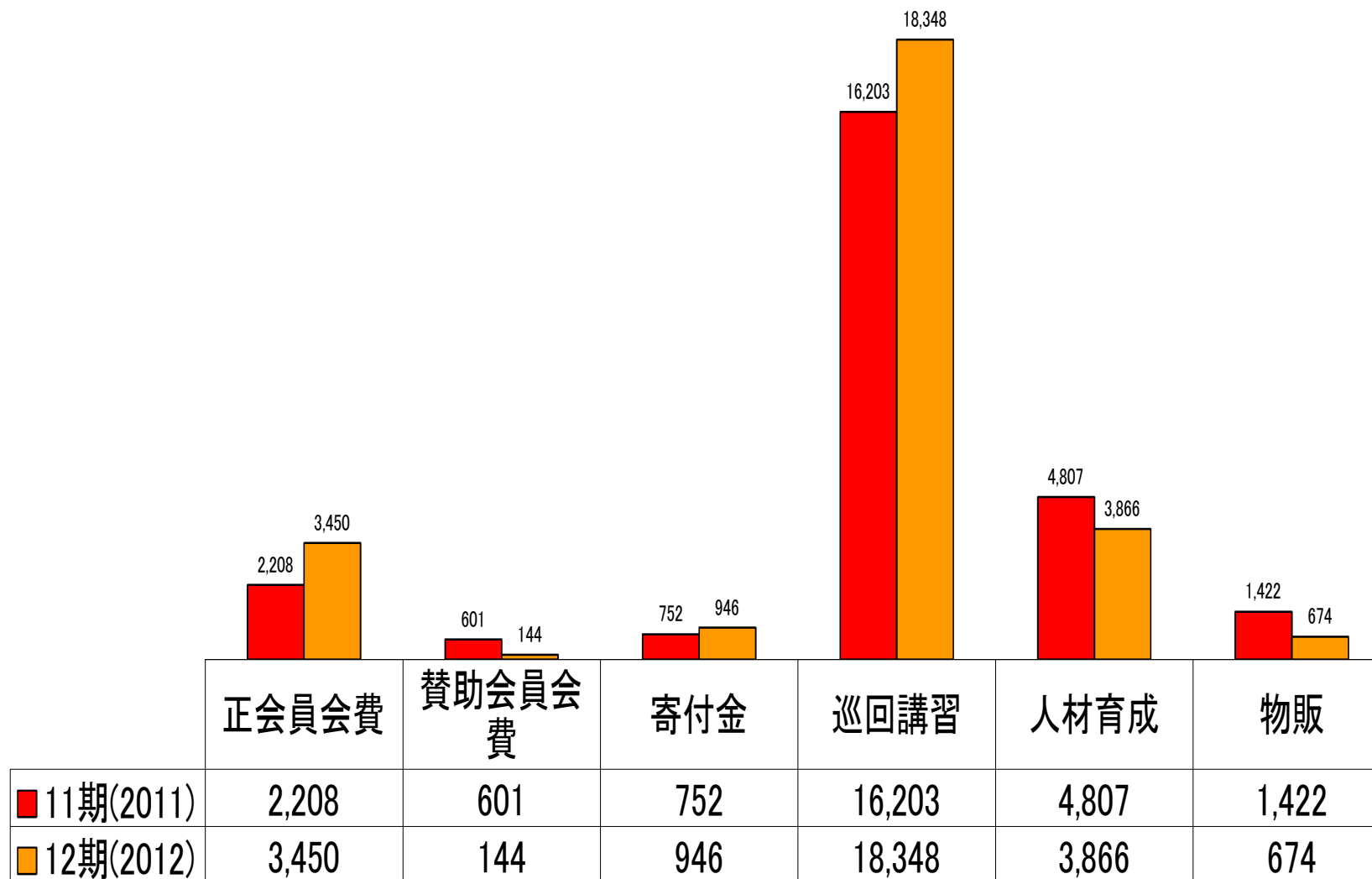
平成24年度

決算報告承認の件

貸借対照表

正味財産増減計算書

収入区分



財 産 目 録

【第**3**号議案】

平成**25**年度
事業計画(案)承認の件

基本方針

社会全体図



活動の基本方針1

他の分野で活動している団体との協力事業を通じて、より充実した公益活動を行う。



水に浮かぶくつろぎのポーズにも挑戦

実証Report
3

蔵王で健康ラボ [山形県上山市]

日本初で唯一！ミュンヘン大学認定 気候性地形療法ウォーキングコースを完備。温泉旅館宿泊客と市民の早朝ウォーキングなど、市民一体の取り組みとして定着。

■ 医学的効果を継続的に検証調査。専門知識を持ったガイド発足

上山三山や蔵王の参詣拠点で、先達が案内して登山を歩行し心身を清浄にする歴史があった上山市では、樹木で名高い蔵王連峰や望山に囲まれ、気候と地形の変化に富むうえ、30分圏内に平地と1000mの準高地である蔵王高原が広がります。ここにはナショナルトレーニングセンターとして国指定の高地トレーニング施設が整備されています。また温泉に恵まれ、果物など食材も豊富で、ドイツ南西部、ドナウ川の源流のまちドナウエッシンゲン市と友好都市の縁があります。このドイツの制度や温泉活用を調査研究する中で着目した、持久力の運動効果が2倍になるというドイツの医療的手法「気候性地形療法ウォーキング」の定着のために、平成20年度・21年度にモニター調査に着手し、筋力や姿勢保持機能、心肺機能の向上、血糖値やHDLコレステロール値の改善を検証しました。現在も、地元医療機関との連携を進める一方、継続的に検証調査のデータを収集し、医学的根拠を蓄積しながら健康増進やQOLの向上に努めています。

また、専門ガイドも積極的に育成。気候性地形療法の理論やガイドの実技のほか上山の歴史や文化、山形の自然環境などの講習から、ドイツや無野古道での実地研修などを行い、平成22年3月にはガイド団体「蔵王トレイル協会」を発足させるに至りました。

■ 医学官民一体となった組織と新しい仕組みづくり。広域的な新ビジネスへ、新たな試みが行われる

上山市温泉観光振興協会（上山モデルと書かれる医学官民一体となった組織／会長・横戸長兵衛 上山市長）を組織し、平成21年には「蔵王上山 気候性地形療法全国サミット」を開催。各地の先進事例を学び、情報共有し、熊野古道や由布院温泉の関係者とともに広域連携の在り方や観光PR策について考える機会を設けました。この協議会が主体となり、平成22年春から本格的に始めた土日ウォーキングには県内外からの参加者が増えつつあるなか、市民へも普及に普及拡大しています。旅館街が近い蔵王コースでは、市民と宿泊客向けに、毎朝早朝ウォーキングプログラムを実施するほか、上山市を含む山形県内14市町村からなる広域観光圏においてもガイド養成講習やドイツ研修を実施するなど、温泉とともに地域資源を生かした観光事業への取り組みが、大きな広がりを見せています。

今、上山市では、日本型温泉観光の確立に向けて、行政内部での機構改革のほか、健康と観光が連携しながら官民が連携する新しい仕組み作りに取り組んでいます。

■ 「いつでも、だれでも、一人でも」毎日参加可能な最新ドイツ式健康ウォーキング

■ 望山と準高地の新緑・紅葉・冬の樹氷と高山植物が出迎えるウォーキングコース

■ 岩場以外サランボ、ブドウ、ラフランス、リンゴ、カキなどのビタミン豊富な果物と滋養ある農産物



ミュンヘン大学認定の5カ所コース



冬は毎年、樹氷コースでかんじきウォーキングを実施



山形広域観光圏で実施した、ドイツ・ミュンヘン大学と提携したドイツ・ミュンヘン大学との講習会



健康ウォーク中には、心拍数や血圧を計測し、運動の目安や体調変化を確認

市民の健康増進と交流人口の拡大を



上山市長 横戸 長兵衛

上山市は、蔵下町、野崎町、品川町という3つの町を併せ持つ蔵王連峰の裾野に広がる歴史のまちです。市の歴史ある温泉や豊かな農産物、蔵王をはじめとした素晴らしい自然環境などの地域資源を活用し、市民の健康増進と交流人口の拡大を図り、地域の活性化を目指す「上山広域観光圏（アール・ランド）」を本市の重要事業に位置づけ、その推進を図っています。

活動の基本方針2

連盟主催の教室を地域で展開し、理事会主催の研修会にてその人材の資質向上を図りながら、派遣活動を充実させていく。



活動の基本方針3

復興支援10か年計画は今年度で3年目に入ります。
被災者に寄り添う形での「応援」を続けていく為に、
大学生等の学生マンパワーの協力体制を開拓する。

**天下分け目の戦い
水鉄砲戦争**
～いんまジュースは大槌町を救う～

企画書

主旨

東日本大震災から2年が経ちました。
連日報道された震災のニュースでは、被災地の被害状況や個人・法人からの支援に関する報道、そして、被災された方々の「思いやり」「秩序」「あきらめないこと」「人と人のつながり」…。
その立派さに関心を抱いた人は少なくないと思います。
私たちは、震災の被害だけではなく、人と人が支えあうこと…つまり「人と人のつながり」の強さも風化させてはいけいないものだと感じています。
現在、被災地では、その土地の中での被害の状況の違いや、将来への不安から人と人のつながりが薄れつつあります。
そこで私たちが人と人をつなげる、「つなぐ」場所を創ることで、見えない壁を少しでも溶かすことができなにかと考え、企画を提案いたしました。

1日も早く、すべての被災地が復興することを願います。

開催日 2013年8月上旬
場所 岩手県大槌町 高校グラウンド

◆主催
学生団体 Peace an apple
◆共同主催
社団法人Project one
NPO法人 日本ヨガ連盟
NPO法人 つどい
株式会社 サブロク (敬称略) (順不同)

◆実施要項
Peace an apple所属の大学生(予定・40名程度)と大槌町の小学生～中学生によるレクリエーションイベント。
参加者をいくつかのチームに分けて、4つのレクリエーションを行う予定。

Peace an appleの平均年齢は19.9歳!

各レクリエーションと説明(仮)

☆ヨガ体操(日本ヨガ連盟)

☆水鉄砲戦争…チーム戦。1人1つ水鉄砲を持ち、相手チームの大将がもつ紙を濡らせば勝ち

☆くまがり…チーム戦。メンバーをくま・きりぎりすにわけ、相手チームのメンバーを多く捕まえることができたチームの勝ち。また、くま・きりぎりす、きりぎりす、きりぎりすを捕まえることができる。

☆手つなぎおに…おにに捕まった人は、おにになる(おにと手をつなぐ)。全員がおにになったら(手をつないだら)終了。

25年度予定表

【第4号議案】

平成**25**年度

収支予算(案)承認の件

【第**5**号議案】

平成**25**年度
役員承認の件

ご清聴
ありがとう
ございました