

お元気ですか？ココロとカラダ

特定非営利法人 日本 YOGA 連盟 (内閣府認証 府国生 900 号)

<http://www.npo-yoga.com/>

2013

上半期

Vol.

1

人材育成

上半期の人材育成の状況

- ◇福島 第 38 回 7 日間ヨガ指導者養成講座 2013 年 5 月～10 月
- ◇岩手 第 39 回 7 日間ヨガ指導者養成講座 2013 年 7 月～10 月
- ◇青森 第 40 回 7 日間ヨガ指導者養成講座 2013 年 6 月～10 月
新規インストラクター 19 名
- ◇岩手 3 日間ボランティア養成講座 2013 年 5 月～6 月
テーマ：楽しく安全に山に登るための「山ヨガ」
- ◇滋賀 3 日間ボランティア養成講座 2013 年 9 月～10 月
テーマ：ハンディーサポートヨガ
- ◇福岡 3 日間ボランティア養成講座 2013 年 9 月～10 月
テーマ：ハンディーサポートヨガ
新規派遣活動員 12 名
- ◇東京 ワンデイ学生ボランティア講座 2013 年 9 月 28 日
新規派遣活動員 4 名(内 学生会員 2 名)



ヨガのテキストを用いた座学



実践に向けてのヨガ実習

・今年度から、7 日間ヨガ指導者養成講座の 1 日の受講時間が 1 時間増えて 6 時間になりました。それに伴い、テキストで学ぶ内容も増えました。養成講座に使用されているテキストは、ヨガのテキストとして完成されたものです。その中身を少しでも多く学んでいただきたいという考えから時間延長となりました。

・学生向けの 1 日だけのボランティア講座が始まりました。テキストは、3 日間と同じ「ヨガの教科書」を使用します。若いフットワークを大いに活かした、ヨガを通じた社会貢献の一役に期待しましょう。

2014年度 ヘルスケア・ワーカー（インストラクター）認定試験の日程について

2014年5月11日・2014年11月9日

詳しい受験要綱などは養成講座内にてご案内しております。会場は受験のお申込みをいただいた時点でお知らせいたします。

資格名称変更のお知らせ

2014年度よりヘルスケア・ワーカーの名称を「インストラクター」に変更いたします。

社会のみなさんへより分かりやすい名称とすることで親しみをもってもらえること期待しております。

また、ヘルスケア・サブワーカーは「アシスタント」の呼称になります。

派遣活動

皆様のご協力、ご尽力により年ごとに派遣活動内容も広がりをみせております。

たとえば派遣事例として、大阪府ではGSユアサにて部署間の交流を目的とした社員を対象としたもの。

東京都では自衛隊東立川駐屯地の事務員さんを対象としたもの。

滋賀県では放課後の児童クラブで児童を対象にしたもの。

などなど多岐にわたっています。



滋賀県・放課後児童クラブ

人材育成事業（7日間ヨガ指導者養成講座、3日間ボランティア講座）と新たにワンデイ学生ボランティア講座で学生活動員さんも増え、指導が不慣れな新人活動員さんにも派遣活動に従事して頂くことが多くなりました。

ついては派遣先でのプログラムの組み方・進め方に自信がない等の方には各カテゴリー別（高齢者・親子・ハンディサポート・他）に派遣マニュアルを作成し、アドバイスなど全面的にバックアップさせていただきます。

遠慮なくご相談ください。



東京・東立川自衛隊

東日本大震災復興支援活動

震災から2年経過し、被災された方はそれぞれ新たな生活を始めたりする方がいる一方、高齢者などが仮設住宅で次なる住居の完成を待つ方も多数いらっしゃいます。

今年度企画の復興支援活動も、みなさまからのあたたかいお気持ちとしていただいた、支援金を元に有効に活用させていただきました。ご協力ありがとうございました。

引き続き、ご支援をよろしくお願いいたします。

北海道札幌市にて福島県から移住した親子とその支援者

(福島の子どもを守る会様 ヨガ企画)

宮城県石巻市雄勝町にて高齢者

(NPO 法人アムダ様主催企画へ協力)

岩手県釜石市大槌町にて青少年

(大学生グループ「ピースアンアップル」共催)



地域事業

上半期は以下の地域事業が開催されました。

宮城 親子のふれあい☆ハッピーヨガ

福岡 ハンディサポートヨガ

活動員の資質向上を目指して以下の研修会も開催されました。

宮城 セロトニンヨガ学習会

青森 マタニティヨガ講習会

各地域で取り組みが必要と感じた方々へ、ヨガを通じて社会へ貢献する活動です。

社会の未来を担う子供達に、どんな人にも平等に接するというココロへの働きかけもできるヨガをお伝えできたと思います。

派遣先が決定しているところへは研修会や勉強会を行うことで新たな知識を自身をもって派遣先へ行けるようフォーロアアップのシステムも整えております。

地域での、新たな企画提案もお待ちしております。



4、7月宮城／7月青森／8月福岡

勉強会の開催方法について

支部制度が廃止となり、会員の皆様方が集まる機会や場が失われてはいないでしょうか？

私達NPO法人日本ヨガ連盟の会員は、ヨガを通じた社会貢献をするためにその地域に根ざした会員同士での情報交換、情報共有、それに伴う勉強が必要不可欠です。

皆が同じ立ち位置で、自分が勉強したものを、持っているものを周りの会員さん達と共有し、地域に広げていくような有意義な勉強会・定例会を是非開催して下さい。



活動を全国に発信しています

各地で行われている各種養成講座、派遣活動、地域事業をはじめ、事務局や理事会から勉強会や研修会などのお知らせなどもホームページ(<http://www.npo-yoga.com/>)やフェイスブック(<https://www.facebook.com/nippon.yoga.union/>)にて紹介しています。

地域で活躍している派遣活動員の様子を全国にアピールすることは会員同士の良い刺激になりますし、ヨガに興味のある方にも連盟を知っていただくチャンスです。

幅広い活動のアピールは、ヨガへの偏った認識を薄めて新たな可能性を見出すことに繋がると思います。

掲載には所定の様式と写真の添付をお願いしております。

掲載可能な活動がありましたら、是非、ご連絡くださいませ。

お知らせ

定期総会終了

2013年6月30日大阪市ニューオーサカホテルにて第12回の定期総会が行なわれました。

出席者41名、委任状提出者109名で、24年度並びに25年度における活動の承認を頂きました。

午後は精神科医でNPO法人TENOHASIの代表森川すいめい氏の「自死の少ない町から見えてくる希望について」と銘打った講演会を行ないました。

第13回定期総会開催予定

2014年6月22日(日) 福岡県

クアオルト研修合宿終了

9月21~22日山形県上山市葉山温泉にて開催しました。特別企画として上山市主催による講演会「健康とセロトニンの関係」を、セロトニン学第一人者の有田秀穂氏より。「クアオルト講義」をクアオルト研究室代表・芸術工学博士の小関信行氏よりしていただきました。さらにウォーキングをサポートするヨガ呼吸法実技を学び、蔵王のクアオルトコースで健康ウォーキングを体験。参加者は東北、東京、大阪の会員。

今後の活動

調査研究事業 クアオルト推進部の発足

温泉場がある地域でのウォーキングコースにヨガプログラムの導入を研究し、実現に向けていきます。推進部長に龍村副理事長。

関東以北から推進活動員を育成し、全国に拡充予定です。

クアオルトに関する詳しい情報はこちらからご確認下さい。

<http://kaminoyama-spa.com/kurort/>

岩手エリア

復興支援活動

介護予防ヨガ教室、育児支援 ヨガサロン

宮城エリア

地域事業 セロトニンヨガ(2014年2月11日)、親子のふれあい

☆ハッピーヨガ(2013年12月8日)

人材育成 第43回7日間ヨガ指導者養成講座(2014年1月~)

大阪エリア

主催事業 あべのハルカス「ハッピーハグハグ・ベビーヨガ」

地域事業 わらべうたヨガ

人材育成 第42回7日間ヨガ指導者養成講座(2014年1月~)

福岡エリア

地域事業 ハンディサポートヨガ(2014年3月)

人材育成 第41回7日間ヨガ指導者養成講座(2014年1月~)

会員募集中!

会員になって特定非営利法人日本YOGA連盟を応援してください。年2回発行の会報誌にて活動の様子をお伝えします。

一般会費:12,000円/年 賛助会費:1口3,000円~ 学生会費:1,000円

編集後記

新理事会発足から1年半経過し、やっと会報誌の発行にたどり着きました。情報化社会と言われる現代、インターネットでの発信も重要ですが、手元に残してゆっくり

と目を通していただく機会となれば幸いです。会員のみなさんは全国の活動の状況を知ること、次なる活動のヒントとなることでしょう。応援して下さる皆様からのご意見、ご要望などをお待ちしております。

会報誌

「お元気ですか?ココロとカラダ」

Vol.1 2013年上半期

発行:特定非営利法人日本YOGA連盟

発行者:理事長 宇部実智子

住所:大阪市東淀川区東中島1丁目20番19号 新大阪ヒカリビル1006号

TEL:06-6328-7766

FAX:06-6328-7733

E-mail:info@npo-yoga.com