

お元気ですか？ココロとカラダ

特定非営利活動法人 日本 YOGA 連盟

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

2017

上半期

Vol.

6

理事長挨拶

みなさま、お元気でいらっしゃいますか？ ココロとカラダ・・・＼(^o^)/
6月18日、第16回定期総会が終了致しました。茨城県つくばみらい市にて開催された定期総会は、理事会からの詳細な説明のもと28年度の活動については会員のご理解を、29年度の予算計画については各エリアの協力の意思を確認でき、実に充実した内容にて滞りなく終了したことをご報告致します。前日の講演会では一般聴講者との質疑応答も活発に行われ、改めてヨガへの社会的ニーズを感じさせられました。

さて、昨年事務所が岩手県盛岡市に移転して約一年になります。

過去の様々を修正しながらここに至り、日本 YOGA 連盟は「特定非営利活動法人」としての第一歩をやっと踏み出したと言えるでしょう。

ヨガは「結ぶ」「統一する」「ひとつになる」状態を言いますが、パワフルでヒューマニックな事務局長のもと、2名の優秀な人材に恵まれた盛岡事務局は、全国の会員の皆様のご活躍を更にしっかりサポートし常に応援し続けますので、これからもどうぞ宜しくお願い致します。

合掌 宇部実智子



2017年6月
第16回定期総会



2017年6月
ティーチャーインストラクター認定式

人材育成

2017年度上半期の人材育成の状況

- ◇第62回 岩手 2017年7月～10月(13名受講)
- ◇第63回 東京 2017年7月～10月(23名受講)
- ◇第64回 青森 2017年7月～10月(1名受講)
- ◇第65回 福島 2017年7月～10月(2名受講)



◆第22回 インストラクター資格認定試験

2016年5月8日(日)実施 宮城4名、東京2名、滋賀7名が受験して、13名が合格しました。

◆第23回 インストラクター資格認定試験

2017年5月14日(日)実施 宮城2名、大阪5名、大分7名が受験して、14名が合格しました。

認定目指して実習中の方もいらっしゃいますが、今後の活躍を期待しております！

第24回 インストラクター資格認定試験の日程について

2017年11月12日(日) (青森、岩手、福島、東京で開催予定)

詳しい受験要項などは養成講座内にてご案内しております。

巡回講習事業

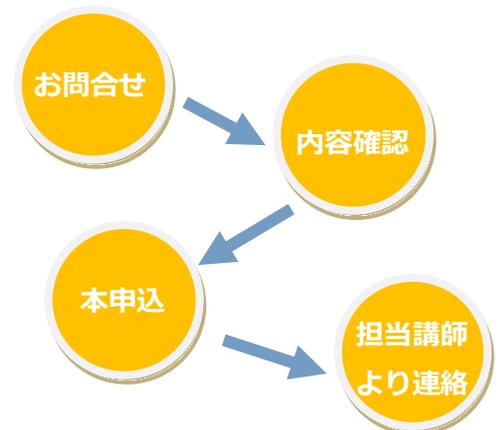
ホームページからの講師依頼も増え、地域社会のニーズにこたえる活動内容もますます広がりを見せています。以下はホームページに掲載されている一部の活動です。(活動の掲載を希望する会員は事務局までご連絡下さい)

<p>岩手県盛岡市 盛岡医療生活協同組合大宮支部</p>	<p>滋賀県長浜市 こされん</p>	<p>大分県宇佐市 宗像医院</p>
		
<p>対象：高齢者 人数：16名 場所：盛岡市本宮老人福祉センター 時間：90分 依頼内容：ほぼ70代 身も心もリラックスできるヨガ</p>	<p>対象：障がい者 人数：230名 場所：奥びわスポーツの森 時間：90分 依頼内容：ヨガは誰でもできる</p>	<p>対象：宗像医院就業者 人数：延べ200名（一回3～5名） 場所：宗像医院 時間：60分 依頼内容：働く人達のコリや疲れを取り除き、癒やすヨガ</p>

<p>大阪府大阪市 全魚国労働連合</p>	<p>青森県青森市 青森社会福祉協議会</p>
	
<p>対象：社員 人数：41名 場所：魚国本社ビル 時間：60分 依頼内容：会議室で行う椅子ヨガ</p>	<p>対象：60歳以上の青森市民 人数：30名程 場所：青森総合福祉センター 時間：90分 依頼内容：呼吸を合わせたゆったりヨガ</p>

講師ご依頼の流れ

ホームページ <http://www.npo-yoga.com>
ご相談フォームよりお申込み下さい。



被災地復興支援活動

2017年度上半期も、被災地復興支援活動に引き続き、取り組んでいます。

- 岩手県大船渡市 ホームタカギ
- 宮城県石巻市 渡波地区
- 福島県大熊町 長原地区
- 熊本県 岩坂地区

<支援担当者の感想>

★おかげさまで発足から2年半経ちました。皆さん呼吸が深くなり、体も柔軟になってきた印象です。

★ボールを使っのヨガ 体を動かす+頭を使う+体のパーツ（手の指・足の指）を使う声を出す事で皆さん楽しんでいました。

★ヨガが終わって笑顔で帰って行かれる姿をみられるのが嬉しいです。

2017年度も他団体との取り組みを引き続き行います。



調査研究事業（クアオルト）

クアオルト(kurort)はドイツ語で、クア(kur)「治療や療法、保養の為の滞在」と、オルト(ort)「場所、地域を合わせた健康保養地」という意味で、自然にある治療要素を活用し医療保険が適用される、ドイツ国が認定した特別な地域を指します。

この度秋田県三種町に、運動リスクが少ない「クアオルトウォーキング浜辺コース」が完成し、会員の健康ウォーキングヨガインストラクターと共に、日本型気候性地形療法による健康づくりへの協力活動を実施しました。

●6月23日

三種町クアオルト推進関係者並びに蔵王テラポイトガイドへ向けたヨガ講習会を開催。

●6月24日

クアオルト認定記念イベント(式典&記念ウォーキング)に参加し、午後からの「タラソヨガ講習会」では呼吸法の指導をしました。



日本型クアオルトは、太陽生命様が取り組むアワードに連携する(株)日本クアオルト研究所の推進実績は全国へ広がりを見せています。その協力者として当法人にも今後に向け期待が寄せられています。 株式会社 日本クアオルト®研究所 <https://www.kurort-japan.com/>

地域貢献活動

地域社会のニーズに対し、その地域の会員が「私たちの力で住んでいる街・人を元気にしよう!」と、地域の発展のための社会貢献活動を企画する事業を行っております。

2017年度上半期は以下の企画が実施されました。

北九州エリア 一般・指導者向け講座「YOGA コスメイト in 行橋」

関東エリア 定期総会 基調講演「マインドフルネス瞑想と脳科学」

滋賀県長浜市 ロコモケアメイト養成講座

下半期も、各エリアにて様々な企画を予定しております。詳しくは巻末の活動予定をご覧ください。また、最新の活動予定や報告をホームページやフェイスブックでもご覧いただけます。



2017年4月 福岡



2017年6月 茨城

ロコモケアメイト活動報告

●現在 1118 人達成！（29年7月14日現在）

2025年問題に向けて、高齢者寝たきり防止&生きがいづくりに取り組むロコモケアメイトを養成するプロジェクトについてのお知らせ・29年度より、7日間ヨガインストラクター養成講座のカリキュラムにロコモケアメイト養成講座の内容が追加されました。受講生は、修了後、ロコモケアメイトとなり、ロコモ予防の啓蒙活動を推進できるようになりました。また、ロコモケアメイト養成講座の実施方法を変更し、ロコモケアメイトの活躍の機会が増えるようにしました。



2016/10～2017/7 の集計

企画件数	10件
報告件数	8件
ロコモケアメイト数	1118名*
*ロコモセミナーとの累計	

ロコモティブシンドローム(運動器症候群)予防メソッド普及活動

ロコモケアメイト10000人普及プロジェクト

絶賛開催中

連盟ホームページの「ロコモケアメイト 10000人達成プロジェクト!」もご活用下さい。

<http://www.npo-yoga.com/locomo-care-mate-project.htm>

お知らせ

一緒に活動する会員を募集しています。

会員になって特定非営利活動法人
日本 YOGA 連盟の活動を一緒に行いま
せんか？

一般会費：6,000 円/年
学生会費：3,000 円/年
賛助会費：1口3,000 円～

みなさまの温かいご支援をお待ちして
おります！

当法人の活動の趣旨にご賛同いただき、
支援して下さる寄付者を募集しており
ます。

振込先 ゆうちょ銀行
【口座】00980-6-46185

他行からの場合 当座 店番号 099
口座番号 0046185
【名義】特定非営利活動法人 日本ヨガ
連盟

巡回講習

人材育成

地域貢献

被災地
復興支援

平成 29 年度 活動予定

青森エリア

地域貢献活動 ヨガまつり 10月22日
人材育成 7日間インストラクター養成講座 7月～10月

岩手エリア

地域貢献活動 はぐすくプロジェクト 11月(盛岡市内)
介護予防ヨガ教室 6月～8月(盛岡市見前南公民館)
タイ式マッサージ勉強会 4月16日
7日間インストラクター養成講座 7月～10月
被災地復興支援活動 ヨガボランティア教室 4月～12月(大船渡市)
NPO 法人りくカフェ(スマートライフクラブ) 5月～1月(陸前高田市)

宮城エリア

人材育成 スキルアップ研修 5・7・10月
人材育成 7日間インストラクター養成講座 1月～4月

福島エリア

地域貢献活動 ひとみヨガサークル 2017年4月～2018年3月
人材育成 研修会・勉強会 6月
被災地復興支援活動 大熊仮設ヨガ 2017年4月～2018年3月
人材育成 7日間インストラクター養成講座 7月～10月

関東エリア

人材育成 7日間インストラクター養成講座 7月～10月

滋賀エリア

地域貢献活動 高野山合宿 玄米味噌作り・マクロビオテック料理 5月20～21日
ココモ講座 7月1日
人材育成 研修会・勉強会 2017年4月～2018年3月(毎月)
7日間インストラクター養成講座 10月～

大阪エリア

人材育成 研修会・勉強会 5・8・11・2月

福岡エリア

地域貢献活動 YOGA コスメイト in 行橋 4月
ハンディサポートヨガ 8月
人材育成 研修会・勉強会 2017年5月～2018年3月
被災地復興支援活動 熊本災害復興支援 2017年4月～2018年3月

大分エリア

被災地復興支援活動 熊本災害復興支援 2017年4月～2018年3月

編集後記

一年ぶりの機関誌発行となりました。発行が滞り、申し訳ございませんでした。活動はこれまでと変わりなく行われておりました。今回は直近の報告となります。昨年度は、所轄庁の移転を行い、様々な手続きなどに多くの時間を費やしました。新しく、岩手県に

事務所を構え、スタッフも増員し、今まで以上に社会貢献の団体として機能するよう、努力したいと思います。今後も当法人の事業活動にご理解とご協力をよろしく願います。

会報誌

「お元気ですか？ココロとカラダ」

Vol.6 2017年上半期

発行：特定非営利活動法人日本 YOGA 連盟
発行者：理事長 宇部実智子
住所：岩手県盛岡市紺屋町 4-24
TEL：019-601-8891
FAX：019-601-8894
E-mail：info@npo-yoga.com
会員の方は members@npo-yoga.com