

■ 副理事長あいさつ

東北・北陸におかれましては記録的な豪雪・雪下ろし作業、心よりお見舞い申し上げます。

また、首都圏はコロナ過第3波における再びの緊急事態宣言がでており、全国的に先行きが見えない状況が続いています。が、こんなときこそヨガ伝道者である私達はヨガにある知恵を発揮させ、より積極的に生きる工夫を決して忘れてはなりません。

「ピンチをチャンスにする、新しい道を模索する」

コロナに対しては、まず肺炎にならないよう肺の働きを高める必要があります。その為に呼吸力を強めるための呼吸法を学べる機会を作る事をおすすめします。今までの生徒さんだけでなく、より多くの方が健康を自己管理できるような学びを得られる機会を作りましょう。今の危機を救済するために、ご自分なりにヨガ活動の幅を広げてみてください。

オンライン方式を実践するには知識と準備が必要ですが、その努力は自利利他になります。オンラインは全国から参加が可能なので、新しい道が開ける体験もできます。あらゆることはメッセージです。コロナ現象は人類全体が生活の仕方を変えねばならないという事を示唆しているのだと思いますので、一生勉強・一生研究の姿勢で、自身や周りの方々の暮らしを維持できる工夫をしましょう。

ヨガを学び、お伝えするからには、時代に合わせる勉強の機会を与えられたとして、毒を薬に、ピンチをチャンスに、転んでもただで起きない心で、共にこの困難を乗り切っていきましょう！ 合掌

副理事長 龍村 修



■ 第20回 定期総会

2021年6月20日(日)10:00~12:00

昨年同様、オンライン(Skype)で行います。

右図は、参加方法の例です。

詳しい接続方法等は

5月にお知らせいたします。

皆様のご参加、よろしくお願いいたします。

理事会・事務局



個人で参加
自宅でオンライン



エリア、同期ごと

少人数でネット
環境がある場所
に集まって参加



やむを得ず欠席
委任状提出



■ エリア・グループリーダー会議開催

2020年12月19日(土)10:00~12:00にエリア・グループリーダー会議をオンラインで行いました。

理事会と青森・岩手・宮城・福島・関東・京都大阪・滋賀のエリア・グループリーダーの皆様を繋ぎ、エリアの現状や今後の予定などの報告、意見交換を行いました。

コロナ禍もあり、定例会を開くこともままならない状況のエリアが多く、定例会の在り方等、沢山の意見がありました。

エリアの形を考える良いタイミングなのかもしれません。また巡回講習事業では、休みが続いている教室もあり、施設から何かDVDで提供してもらえないか、という要望が寄せられています。

エリアや派遣先の状況がそれぞれ違うので、自分たちで簡単な動画を作成してみてもどうか、という提案が理事会より出されました。これについて、参加したエリア・リーダーからは「個人のクラスの雰囲気はそれぞれ違うので、講師が自分でマッチした動画を作成し責任を持って配信するのはクラスをやるのと同じ大切さ、講師としての責務だと思う。」という、前向きな回答があり、とても頼もしく感じました。

エリアで行う地域貢献活動は、皆さんの「やりたい！」気持ちからスタートです。小さなコミュニティでも構いません。理事会、事務局もバックアップしますので、是非、活動の幅を広げてください。

■ 連盟を支えてくださっている方たち

日本ヨガ連盟の組織の発展にご協力いただいている外部の方々をご紹介します。

DRC ディーアールシー 代表:吉澤 優 氏

【1】どんな会社ですか？

WEBサイトの制作およびコンサルティング会社です。事業やプロジェクトを成功に導くためには、業種や業態、会社規模に関係なくホームページをビジネスに活用することが当たり前となり、いかにホームページを効果的に運用できるかが成功のカギであるという強い確信と想いを持って、お客様のWEBサイト制作を行っています。

より多くの皆様と繋がり、社会に貢献している企業・団体の手助けすることを弊社の社会貢献として、全力で取り組んでおります。

【2】連盟の仕事内容は？

会員の名刺の作成の取り次ぎ。また、日本ヨガ連盟様の活動をより多くの方々に広く周知することを目的として、ホームページの制作および運営のお手伝いをさせていただいております。情報の見やすさ・得やすさを第一に考え、ユーザーの反応等もふまえながら、より良い発信媒体にしていけるよう改善に努めて参りたいと思います。

【3】連盟の印象

会員さんが積極的に活躍に取り組んでいる活発な団体。ヨガの分野において全国初となる認定NPO資格の取得もとても印象的でした。

【4】全国の会員さんへ今後期待すること、メッセージ
様々な幸福度調査からも分かるように、人の幸せには「健康」が強く関わっていると思いますが、その中でも特に健康寿命を長くすることへの貢献を期待します。今後、世の中の動向もサステナブルな社会の実現へと進んでいくと思いますので、人々の健康と幸せのためになる普及活動を陰ながら応援させていただきたいと思っております。

理事・事務局より

～吉澤さんの印象～

爽やかな好青年

3児のパパ、何事にも

一生懸命です！



■ 人材育成事業

◆第84回東京開催9日間ヨガインストラクター養成講座

オンライン(Zoom)での講義と、対面での実技指導を組み合わせ、9日間で開催中。

参加者6名。遠方からの受講生もあり、大変意欲的な講座になっています。

3月講座終了予定。5月試験。



■ エリア便り エリアの活動報告

岩手エリア

受託事業

「盛岡市長寿社会課」活動報告、今後の予定

【日時】 2020年9月～2021年3月 10:00～11:30/13:30～15:00 (各19回)

【開催場所】 永井地域交流活性化センター/山岸老人憩いの家

【感想】 運動音痴の自分にも分りやすく、これなら続けられる!/膝や腰の不調が改善された。

【今後の予定】運動習慣維持のため、サークル化を促し、今後も活動のサポートを行う。

関東エリア

巡回講習事業

「所沢准看護学院」活動報告

【日時】 2020年11月9日/11月18日 14:40～16:10

【開催場所】 埼玉県所沢市 所沢准看護学院

【依頼内容】 ヨガの歴史、効果、呼吸法、体幹強化・バランスカアップのヨガ

【感想】 自分の体の硬さが良く分った。/体が伸びて気持ち良かった。/とてもリラックス出来た。

運動不足だったので、久しぶりに体を動かして良かった。

滋賀エリア

巡回講習事業

「蒲生野会プリズム」活動報告

【日時】 月2回 13:00～15:00の間の90分

【開催場所】 オンライン(Zoom)

【依頼内容】 ヨガを通じて、心身をすこやかに

【感想】 腰痛があるが、腰回りが楽になった。/思っていたより動けた。/リラックス出来た。

体があたたかくなった。/眠くなった。/全身を使ったジャンケンが盛り上がった。

大阪エリア

巡回講習事業

「スミリンケアライフ(株)エレガーノ摩耶」活動報告

【日時】 毎週火曜日

【開催場所】 兵庫県神戸市 エレガーノ摩耶

【依頼内容】 高齢者イスヨガ 健康寿命を延ばし、無理なく楽しく続けられるヨガ

【感想】 コロナ過で気分が落ちがちですが、教室で人とお話しできるだけでも気分転換になります。

汗をかくことができました。/お友達に会えて嬉しい。/参加できて良かった。また参加したい。

■ 寄附、賛助会費の活用について

日本ヨガ連盟の活動はみなさまの会費や寄附によって支えられています。

いただいたご寄附や賛助会費は、各事業活動(被災地復興支援・地域貢献・人材育成など)に充てさせていただきます。

NPO 法人が「公益性のある団体であるか」を判定して認証されているのに対し、認定 NPO 法人はより税制優遇を適用するために、「より客観的な基準において、高い公益性をもっている」ことが判定された法人です。

- ・広く一般から支持を受けているか(年度の寄附者 100 名)
- ・活動や組織運営が適切に行われているか
- ・より多くの情報公開が行われているか

等が審査されます。

NPO 法人の中でも『認定』を取得したのはヨガの団体では当連盟が初です。

日本ヨガ連盟は創立以来、病気予防・体質改善を目指しヨガを通じたボランティア活動・社会貢献活動を行って参りました。認定 NPO 法人取得により、社会的信頼性の向上と団体の透明性を増すことができたのも、多くの方々のご支援、ご協力の賜物と心より感謝申し上げます。

今後ともご支援ご協力のほど、よろしく願い申し上げます。なお、ご寄附いただくと税額控除を受けられます。



■ 事務局よりお知らせ

同封しました配布文書は以下の通りです。大切なお知らせですので必ずご確認をお願いします。

- ・2021 年度会費納入のお願い
- ・地域貢献活動事業・個人活動報告書
- ・会員および認定資格期限到達のお知らせ(該当者のみ)
- ・各事業にて活動されている皆様へ(該当者のみ)
- ・休会中会員へ休会期限到来のお知らせ(該当者のみ)
- ・資格登録会員プロフィール登録/更新申請書(該当者のみ)

メールアドレスの登録をお願いします
会員のみなさまへ、事務局からの各種
お知らせはメールでお送りしております。
すぐに連絡がとれるメールアドレスの
登録がお済でない方はご一報ください。
members@npo-yoga.com

【事務局の営業時間】 平日 10 時～16 時

【お願い】 住所変更、電話番号変更、メールアドレス変更は速やかに事務局までご連絡ください。

給与所得者所得税区分(甲、乙)の変更があった場合は、事務局までご連絡ください。

※ HP は大事なお知らせ、情報提供の場です。養成講座の情報も掲載しています。

積極的に確認をお願いします。 <http://www.npo-yoga.com/>

■ 編集後記



鬼と縁が深い岩手県

土地を荒らし、村の人たちに悪さをする鬼を退治し、その鬼が「もう悪さはしません」と岩に手形を押したことから“岩手”と名がついた、と言われています。こんな時期だからこそヨガの呼吸で心身の鬼退治！身体も心も元気になるような会報誌にしたいと考えております。

 紙面のご意見、ご感想お待ちしております。

