


事業報告書
(団体紹介シート)

令和 2年 4月現在

団体紹介	
団体名	スポーツウェルネス吹矢教室
代表者氏名	安達 典正
団体所在地	<input type="checkbox"/> 代表者自宅
連絡先	〒697-1326 浜田市治和町 26 番地 3 電話 (0855) 27-0694 <input type="checkbox"/>非公開
設立年月日	平成 31 年 2 月 1 日
会員数	個人会員 12 人 ・ 団体会員 団体
活動分野	該当するものに○ <input type="checkbox"/> 社会貢献に関する事業 <input type="checkbox"/> 人材育成事業 <input type="checkbox"/> 芸術文化の振興に関する事業 <input checked="" type="checkbox"/> その他の事業 呼吸法により各種健康効果が期待できるスポーツ
活動時間	実施日：毎週金曜日 時間帯：13:00~16:30 場 所：周布公民館
活動内容	スポーツ吹矢教室指導とサロンにて意見交換会
団体のPR	腹式呼吸と胸式呼吸による競技で、動脈硬化、高血圧、腰痛などさまざまな健康効果がある。
事業報告	
事業名	スポーツウェルネス吹矢教室
事業内容	軽い準備体操を行い、個々に吹矢を実施。 終了後、サロンの時間を設け色々な意見交換をする。
事業目的(成果)	的に当てるのも重要だが、その前に腹式、胸式による正確な動作を重視している。それにより腰痛が軽くなったなど色々な効果があったことを聞いている。
活動の様子	
今後の取組予定	年齢を問わず、誰でも気軽に参加出来るよう紹介をしていきたい。 現在、美川児童クラブ、石見公民館で実施予定。