

ももたろう基金【第6次助成】 事業実施報告書

実施事業	ヨーガでストレスマネジメントプロジェクト(オーダーメイドヨーガ)		
実施者名	NPO法人 日本ヨーガ療法士協会岡山		
助成金額	122,287円		
受益者数	直接受益者	208名	(間接受益者 600名)

※イベント実施や複数回実施事業は別紙で各回の人数等、対象者数のわかる資料を添付ください。

実施した事業の内容・成果

<実施内容>

- ・ストレスマネジメントとして総社、真備で教室を開催。
- ・真備仮設住宅集会所に訪問しストレスマネジメントヨーガを紹介。箭田集会所にて金曜日週1回の定期教室を12月より開始し現在も継続中。被災者の状況変化に応じてDVD配布なども検討
- ・真備の公民館教室として被災者ケアのヨーガ教室を開催。今後も継続。
- ・6月2日、西日本豪雨災害支援ヨーガチャリティイベントを開催し、支援金、応援メッセージなど集める。

<成果>

- ・被災して半年後のマットの貸与とストレスマネジメントヨーガ教室の開催は大変喜ばれた。
- ・箭田集会所での定期教室では、ヨーガ療法士が入ることにより、自分の気持ちを出しやすくなり、心の落ち着きを取り戻すのに役立ったと思われる。

活動の様子 (写真などを添付してください)



1月19日総社清音教室の様子



2月17日真備交流館教室の様子



2月2日菌仮設訪問の様子



4月12日箭田集会所訪問の様子



チャリティイベント呼吸が深まるセルフケアの様子



くまモンとヨーガ ストレスマネジメントの様子

決算報告 (※原則として領収書の写しを添付いただきます。)

今回実施した事業の決算内容は下記の通りです。

収入の部		ももたろう基金助成金	122,287
		収入合計	122,287

費目		算出根拠	金額(円)	
支出の部	①当プログラム助成金 対象費目 当プログラム助成金(このプログラムで集めた寄付金)を充てる費目	施設使用料	災害支援教室1,500円×1回 チャリテイイベント(施設、備品、電気使用) 12,910	
		ヨガマット	ヨガマット42本 75,093	
		消耗品	コピー用紙、インク、バインダー、鉛筆、ラミネート 11,948	
		イベント広報費用	チラシ、ポスター、掲示コピー、チラシ送付代など 14,801	
		イベント消耗品	入場リストバンド、配布リーフレット、スタッフ腕章 7,535	
		小計	122,287	
	②その他費目 当プログラム助成金(このプログラムで集めた寄付金)を充てない費目			
		小計	0	
支出合計			122,287	

寄付者へのメッセージ

真備の水害は一瞬に様々なものを奪いました。皆様の支援で購入したヨガマットは、少しずつ元気を取り戻した方たちに届き、自分で身体を動かし呼吸を整え、心を鎮める時間を持つとっかかりになりました。

また、チャリティヨーガイベントの広報を支援金により行うことができ、たくさんの方たちにストレスマネジメントの機会を持つことができました。

このももたろう基金を受け、皆さまの支援を無駄にはしないと、真備の箭田仮設住宅の定期訪問にまでつながったと思います。ありがとうございました。

今後の活動

定期訪問をしている箭田仮設住宅の集会所の教室も刻一刻と被災者の方の動きがあり、私たちもお家に帰ってもケアできるDVDを活用したり、個人的な相談に乗れる体制に整えようとしております。単発的にも教室を継続していきます。

また、兎島で開催したチャリティイベントの中のくまモンとヨーガは、子供達を対象に熊本災害支援で作成されたストレスマネジメントプログラムです。これを真備の小学校で行えるよう計画できたらと思っています。コツコツと声を拾って、ヨーガでストレスマネジメントのお手伝いをしていきたいと思っています。