

2022年度あかしSDGsパートナーズ実績報告書

様式 3

No. 91 イルチブレインヨガ明石スタジオ

記入日 2023年(令和5年)5月30日

1. 2030年までに達成したいこと	会員数350名以上、ごみ拾い参加人数年間1000名以上、自己啓発プログラム参加数月間100名以上達成し、SDGsの精神を持つ人を養成し、地域社会の健康、幸せ、平和を実現する。	3. 関連するゴール									
	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 取組の概要	(1)脳活用法を伝え、地域の方々の健康や幸せをサポートします。(2)地域の清掃活動や交流を通して住みやすい街づくり・また環境作りを促進します。(3)生涯学習や会員の自己実現・人生満足感を高めるサポートをする。	3. 関連するゴール									
			<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. 主な取組の達成状況								
	取組内容	①目標値		②当初値		③実績値		達成度
		2025年度	2020年度	2022年度	2023年度			
(1)	スタジオにて1日朝・昼・夜の定期クラスを開催する他、オンラインで働き方改革に取り組む。オンラインでの健康法の指導、SNSやYouTubeによる健康情報の案内・提供。愛とは何かについてわかる映画の上映会など。	総会員数	200 人	80 人	85 人			4%
(2)	・明石市各所（駅前、公園、神社周りなど）で月に6回、体操&清掃活動を実施する。 ・地球意識を持つ集まりを企画、開催する。	年間参加者人数	500 人	96 人	224 人			32%
(3)	各種自己啓発プログラムをオンライン・オフラインにて提供。また、生活改善のアドバイスを随時実施する。	月間参加者数	50 人	25 人	37 人			48%

5. 取組結果	(1) SNSやInstagramで積極的に案内を行い、そこから繋がるようになってきています。(2) 清掃活動&体操の時に、地球意識を持つ集まりを行い、参加者から新たな場所で清掃活動する方を養成でき、実施場所が増え参加者も増えました。(3) 若者の参加者が増えるよう、若者のイベントを増やした結果、若者の参加者が増えました。	問合せ先	団体名：イルチブレインヨガ明石スタジオ 電話：078-934-5630 メール：ibyoga.akashi@gmail.com 担当者：篠原 めぐみ
---------	--	------	---

6. 今後の課題と取組	地域の方と連携し、新規会員・また外部活動での新規参加者を増やします。さらに仲間意識を高める為にイベントの開催や食事会などで親睦を深めさらに新たな会員を増やして活動範囲をひろげていきます。	連携希望	同じ意識のある方々とコラボしていきたいです。よろしくお願ひします。
-------------	---	------	-----------------------------------