

令和4(2022)年度 まちぴあ登録団体活動報告書

団体登録NO. 1143

団体名：ピラティスレッスン

【活動団体について】（活動内容、団体紹介などを簡潔に記載して下さい）

本会は、女性を中心としたメンバーで、ピラティス（体の深層部にあるインナーマッスルを強化し、体全体のバランスを整える運動）を通して、身体を整え、健康な体作りを目的に活動しています。室内運動に加え、日常生活における悩み等を出し合う居場所的な役割も担って活動しています。

ー【活動状況】（令和4(2022)年4月～令和5(2023)年3月まで）ー

1) 定例の活動状況（※まちぴあ研修室などを利用した定例の活動を記入して下さい）

・研修室の利用。

2) 地域でのボランティア、イベント実施・協力などの活動実績

令和4年度は、月3回程度のピラティス体験を中止としたレッスンの定例活動を予定し、4月～8月まで実施しました。9月以降は、新型コロナウイルス感染症の再拡大の影響もあり、定例活動を休止としました。

コロナ禍の影響により、運動不足や他者とのコミュニケーション不足に悩む会員も少なくないため、室内運動を通じた居場所活動の一つとして、次年度の活動再開を心待ちにしています。