

2024年度事業報告書

<エーブイエー>

NPO法人AVA健康Labo

1.事業期間

2024年6月1日～2025年5月31日

2. 事業の成果

今年度は熱中症予防や冷え性予防などAVA(動静脈吻合)の認知度向上が感じられます。市民権を得てきた。法人活動がテレビや新聞へ取り上げられる回数は減少したが法人が提唱し続けている「手のひら冷却」「AVA」という言葉を目にする機会は増えてきた。これは、法人が各方面で活動してきた成果といえる。

今年度は学会関係などで「AVA」や体温調節について講演依頼される機会も増え、体温調節に関する研究及び普及・相談や健康運動等に関する指導・普及及び研究に関する事業を行い、健康を求めるすべての人々の健やかな暮らしづくりに寄与する活動ができた。また、外部からの講演依頼もあり多くの人々に運動の重要性を伝えることができた。

普及事業として健やかな暮らしづくりのための活動も行っているが、今年も他団体との共同開催ができ、さらに法人独自の講座も実施でき、少しずつ普及活動も拡大できたと考えられる。

(1) AVAを含む皮膚血管反応等の自律性調節、衣服等による行動性調節など体温調節に係わる研究
開発事業、講演活動、相談業務および著作物の刊行事業 ※OL=オンライン

種別	名称・対象等	期日	回数	場所等
研究活動	拘縮手の温熱生理研究	2024年6月18日～2025年2月20日	7回	OL事務所
	学会関係	2024年6月21日～2025年4月25日	7回	OL事務所・現地
	長野県スキノス東御研究所	2024年11月14日	1回	上田市
	合計		15回	
講演活動	神戸女子大学 オープンカレッジ	2024年6月5日・11月7日・11月21日	3回	神戸女子大学 教育センター
	神戸市西区井吹台 ふれあい給食	2024年7月11日 (写真1)	1回	西区井吹東地域福 祉センター
	かなめ会（神女短大同窓会）	2024年7月13日	1回	神戸女子大学 教育センター
	神戸市生涯体育大学	2024年9月6日・2025年5月9日	2回	コミスタ神戸
	神戸市シルバーカレッジ	2024年9月11日 午前・午後	2回	しあわせの村
	オフィス環監未来塾	2024年10月8日	1回	OL事務所
	日本産業皮膚衛生協会	2025年5月27日 (写真2)	1回	京都リーガロイヤ ルホテル
	合計		11回	
相談業務	繊維関連会社	2025年5月28日・5月29日	2回	三宮
	スポーツ用品関連会社	2024年7月30日～2025年3月25日	9回	OL事務所・大学
	その他会社	2024年6月5日～2025年5月29日	4回	鈴鹿・三宮・OL事務所
	合計		15回	



(写真1) ふれあい給食会

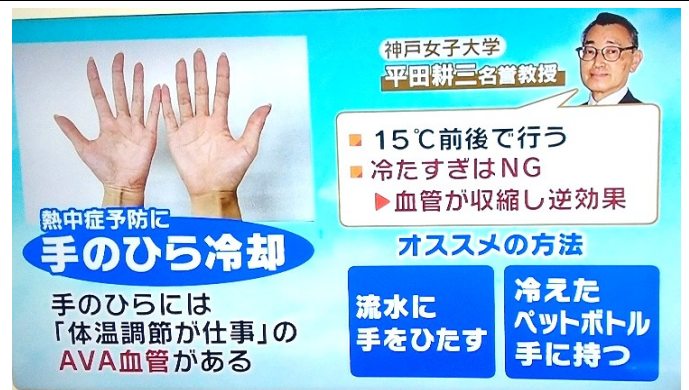


(写真2) 日本産業皮膚衛生協会 特別講演会

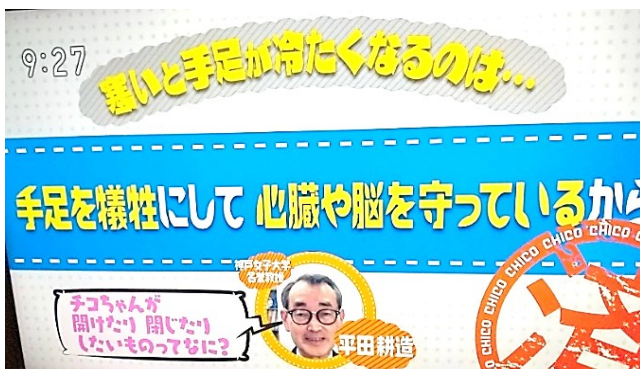
種別	取材メディア	放映日・掲載日等	番組名・タイトル等	
テレビ	TBS TV (写真3)	2024年4月25日	THE TIME	OL大学
	MBS (写真4)	2024年6月25日、27日	よんちゃんTV 「手のひら冷却」	OL大学
	NHK総合 (写真5)	取材4回 放映 2025年2月22日	チコちゃんに叱られる 「寒いと手足がつめたくなるのは」	OL大学
WEB	(株) EX IDEA	2024年8月14日	「衣服と身体の関係」	OL事務所
新聞	聖教新聞	2024年11月5日	「衣服と体温管理」	OL大学



(写真3) THE TIME



(写真4) よんちゃんTV



(写真5-1) チコちゃんに叱られる (写真5-2)



(2) 高齢者・成人・子ども・障がい者・介護を必要とする人などに対する健康運動やスポーツ活動に係わる 指導・普及および研究開発事業

内容	期日	回数/人数	場所
楽しいリズム体操	2024年6月1日～2025年5月31日	51回/720人	学園都市カルチャーセンター
リズム体操サークル	2024年6月5日～2025年5月28日	33回/298人	神戸市立清風公民館
リズム体操	2024年6月26日～2025年5月28日	11回/187人	三宮小野柄地域福祉センター
認知症予防のためのお手軽エクササイズ (写真6)	2024年10月10日	1回/15人	尼崎市立北図書館集会室 ※1
楽しい フレイル予防体操	2024年11月20日	1回/35人	神戸市立中央区文化センター ※2
認知症予防講演会(写真7)	2024年11月16日	1回/15人	灘区中御影区民会館 ※3
合計		98回/1270人	

※は外部からの依頼講演 ※1：尼崎北図書館からの依頼講演 ※2：神戸市中央区老人クラブ連合会からの依頼講演
※3：御影中部認知症予防推進委員会からの依頼講演



(写真6) 認知症予防のためのお手軽エクササイズ



(写真7) 認知症予防講演会

(3) その他この法人の目的を達成するために必要な事業

① 健やかな暮らしづくりのための普及活動

内容	期日	場所	人数	詳細
活力ためて 元気な100歳講座	2024年9月19日	兵庫県生活創造 センター	20人	調べる－体組成、知る－体を動かすこと の大切さ、動く－毎日できる体操
兵庫県健康生きがいづくり 協議会拡大広場 (写真8)	2024年10月12日	神戸市立 婦人会館	30人	「明日から役立つ健康講座」
生活創造フェスタ	2024年11月24日	兵庫県生活創造 センター	20人	ステージで体操指導 「楽しく動いて若返りましょう」
関西学生対校 SWF選手権大会	2024年11月30日	大商大リアクト	120人	関西地区7大学による個人戦及び 団体戦の大会
活力ためて元気な 100歳講座 (写真9)	2024年12月23日	兵庫県生活創造 センター	16人	調べる－血管年齢、知る－動く と脂肪を減らせる？、動く－毎日 できる体操

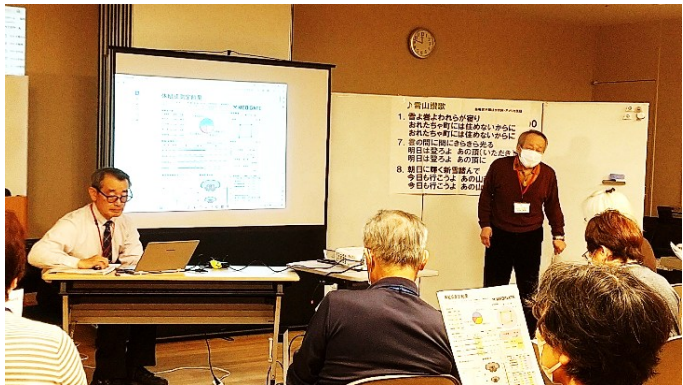
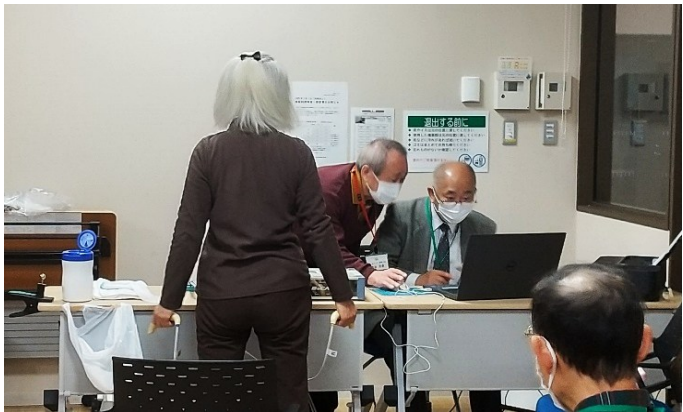


(写真8-1) 体組成測定後の説明



(写真8-2) 健康体操—ずっと自分の脚で歩くための体操

兵庫県健康づくり協議会拡大広場



(写真9) 左上：体組成測定

右上：講演

左下：体組成解説

右下：タオルを使った体操

活力ためて元気な100歳講座



②研修活動

内容	期日	会場
ひょうご健康座談会	2024月6月17日~2025年5月26日(12回)	兵庫県生活創造センター・神戸市立婦人会館など
消費科学講座	2024年8月6日	OL事務所
NPO運営基礎講座	2024年8月22日	中央区文化センター
研究倫理について	2024年9月26日	OL事務所
共感寄付説明会	2025年3月3日・4月4日	OL事務所
ストレスチェック	2025年5月10日	神戸市立婦人会館

3. 事業実施体制

(1) 会議に関する事項

①通常総会	開催日	2025年7月27日(日) 13:30～14:30	
	開催場所	神戸市中央区三宮町2丁目11番1センタープラザ西館6階15号会議室	
	出席者	14名(うち表決委任状 9名 ※正会員14名)	
	議事内容	第1号議案	2024年度事業報告
		第2号議案	2024年度決算報告
		第3号議案	2025年度事業計画(案)
		第4号議案	2025年度予算(案)

②理事会	開催日	2025年3月21日(日) 15:00～16:20	
	開催場所	オンライン開催	
	出席者	平田耕造理事長・大森正子副理事長・松尾隆和理事	
	議案	第1号議案	2024年度活動の中間報告
		第2号議案	謝金の件
	開催日	2025年7月24日(木) 15:00～16:20	
	開催場所	神戸市須磨区東須磨青山2-1 神戸女子大学A116	
	出席者	平田耕造理事長・大森正子副理事長	
	議案	第1号議案	2024年度事業報告
		第2号議案	2024年度決算報告
		第3号議案	2025年度事業計画(案)
		第4号議案	2025年度予算(案)

(2) 事務局体制 ①事務局長 : 平田和美

(3) 会員 正会員 14名