

2022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

2022年8月26日～2023年5月31日

2. 事業の成果

今年度は、熱中症や冷え性の予防などAVA（動静脈吻合）を含む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、健康を求める全ての人々の健やかな暮らしづくりに寄与することを目的に法人を設立した1年目である。

AVAを含む体温調節に関する相談も多数行ったが、テレビや新聞などの報道機関からの取材もあり、AVAの認知度を高めることに少し役立ったと考えられる。また、健康運動に関する指導・普及も外部からの依頼講演も行い、多くの人々に運動の重要性を伝えることができた。

さらに、健やかな暮らしづくりのための普及活動として第1回目の「健康のつどい」を開催できたことは大きな成果であった。

3. 特定非営利活動に係る事業

(1) AVA関連事業（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、相談業務及び著作物の刊行事業）

種別	対象等	期日	回数	場所等
共同研究	拘縮手の温熱生理研究	2022年10月25日～2023年4月14日	7回	Web開催・事務所
	寒冷非常時の衣服	2023年3月2日	1回	センタープラザ 西館会議室

講演活動	神戸市生涯体育大学	2022年9月9日・2023年5月12日	2回	神戸市生涯 学習支援センター
	第30回日本発汗学会	2022年9月17日	1回	Web開催
	井吹台シニアクラブ	2022年9月20日	1回	神戸市西区 セリオホール
	兵庫県健康生きがい づくり協議会(写真1)	2023年2月11日	1回	神戸市立婦人会館
	NPO法人食ネット	2023年3月8日	1回	神戸市立 総合福祉会館
	気象キャスター ネットワーク	2023年5月20日	1回	Web開催
	神戸女子大学 オープンカレッジ	2023年5月26日	1回	神戸女子大学 教育センター

(写真1)「寒い日の入浴とあなたの健康」



相談業務	繊維関連会社	2022年9月6日～2023年4月14日	4回	Web開催
	靴下関連会社	2022年9月13日～2022年11月15日	4回	事務所
	下着関連会社	2022年9月13日	1回	事務所
	スポーツ用品関連会社	2022年9月28日～2023年5月30日	8回	Web開催
	衣料品関連会社	2023年3月13日～4月26日	2回	Web開催

種別	取材先	期日	放映日等	番組名・タイトル等
取材関係	NHK東京	2022年10月3日 2022年10月7日	12月1日	「明日が変わるトリセツショー」
	日刊ゲンダイ	2022年12月8日	12月10日朝刊	「健康に良い冬場の着こなし方」
	福島テレビ	2023年1月11日	1月11日	「部屋で節電できる衣服」
	関西テレビ	2023年1月12日		「クイズの神様」
	毎日放送	2023年1月14日		Next Japan

(2) 健康運動事業

- ① 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

場所	期日	回数	内容等
学園都市 カルチャーセンター	2022年9月3日～2023年5月27日	36回	楽しいリズム体操
清風公民館	2022年9月7日～2023年5月24日	27回	リズム体操サークル
兵庫中央労働センター	2022年14日～2023年4月12日	7回	楽しいフレイル予防体操(寿楽会)
三宮小野柄 地域福祉センター	2023年1月25日～2023年5月24日	6回	リズム体操
尼崎市立北図書館 集会室※1	2022年9月8日	1回	認知症予防のための お手軽エクササイズ

神戸市中央区 文化センター※2	2022年10月19日	1回	楽しいフレイル予防体操 (神戸市中央区老人クラブ連合)
神戸芸術センター※3	2023年3月30日	1回	ブラジルの指導者への講習会

※は外部からの依頼講演 ※1：尼崎北図書館からの依頼講座 ※2：神戸市中央区老人クラブ連合会からの依頼講演
※3：ブラジル サンパウロ リベルダーデ文化教育健康協会からの依頼講演

②健やかな暮らしづくりのための普及活動

健康のつどい	内容：気になる血管の測定・健康に関するミニ講義・健康体操 (写真2) (写真3) (写真4)		
期日:2023年1月26日	場所:神戸市西区パティオホール	参加人数:20名	

(写真2)血管の測定



(写真3)ミニ講義「入浴時のちょっとした習慣 安全・健康」





(写真4)
健康体操 脚の強化

4. 事業実施体制

(1) 会議に関する事項

- ① 通常総会
- | | | |
|------|-------------------------|------------------|
| 開催日 | 2023年7月30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1号会議室 |
| 出席者 | 15名（うち表決委任状 6名 ※正会員15名） | |
| 議事内容 | 第1号議案 | 2022年度事業報告 |
| | 第2号議案 | 2022年度決算報告 |
| | 第3号議案 | 2023年度事業計画（案） |
| | 第4号議案 | 2023年度予算（案） |
- ② 理事会
- | | | |
|------|--------------|-------------|
| 開催日 | 2023年3月6日（日） | 13：00～14：00 |
| 開催場所 | Web開催 | |
| 出席者 | 第1号議案 | 2022年度事業報告 |
| | 第2号議案 | 講師謝金の件 |
- (2) 事務局体制 ①事務局長：平田和美
- (3) 会員 正会員 15名

