

特定非営利活動法人いただきからの健康 定款

第1章 総則

(名称)

第1条 この法人は、特定非営利活動法人いただきからの健康という。

(事務所)

第2条 この法人は、主たる事務所を静岡県富士市におく。

第2章 目的及び事業

(目的)

第3条 この法人は、広く一般の市民に対し、生活習慣病を発症させないための生活習慣の改善と啓発指導に関する事業を行い、その活動を介して、生活習慣病の予防から健康管理を市民生活に定着させ、個人がQOL（生活の質）の向上を得て、さらなる市民の快適で豊かな生活（孤独孤立の無い自立した健康生活）を達成、その実現に寄与することを目的とする。

(特定非営利活動の種類)

第4条 この法人は、第3条の目的を達成する為、特定非営利活動促進法（以下「法」という。）第2条別表のうち、次に掲げる種類の活動を行う。

- (1) 保健、医療又は福祉の増進を図る活動
- (2) 学術、文化、芸術又はスポーツの振興を図る活動
- (3) 職業能力の開発又は雇用機会の拡充を支援する活動
- (4) 消費者の保護を図る活動
- (5) 前各号に掲げる活動を行う団体の運営又は活動に関する連絡、助言又は援助の活動

(事業)

第5条 この法人は、第3条の目的を達成する為、次の事業を行う。

(1) 特定非営利活動に係る事業

- ① 講演・セミナー事業
- ② 個別健康管理事業
- ③ 21世紀アンチエイジング健康管理センター建設事業
- ④ 特別補助用途品販売事業

※ 当法人が健康管理指導カリキュラムの「①うごく ②たべる ③やすむ」のプログラム遂行上、必要と認めるもの、又は健康管理をご家庭で継続する為に、必要と認めるものに限定する。

⑤ 健康旅行事業

※ 自治体、町おこし・村おこし提携企画事業

第3章 会員

(種別)

第6条 この法人の会員は、次の2種とし、正会員をもって法上の社員とする。

- (1) 正会員 協議会の目的に賛同して入会した個人および法人
- (2) 賛助会員 協議会の目的に賛同して、活動を支援してくれる個人および法人

(入会)

第7条 正会員・賛助会員として入会しようとするものは、理事長が別に定める入会申込書により、理事長に申し込むものとし、理事長は、正当な理由がない限り入会を認めなければならない。

2 理事長は、前項の者の入会を認めない時は、速やかに、理由を付した書面をもって本人又は団体にその旨を通知しなければならない。

(入会金及び会費)

第8条 正会員・賛助会員は、総会において別に定める入会金及び会費を納入しなければならない。

(会員の資格の喪失)

第9条 正会員・賛助会員が次の各号の一に該当するに至った時は、その資格を喪失する。

- (1) 退会届の提出をした時。
- (2) 本人が死亡し、又は正会員・賛助会員である法人が消滅した時。
- (3) 継続して1年以上滞納した時。
- (4) 除名された時。

(退会)

第10条 正会員・賛助会員は、理事長が別に定める退会届を理事長に提出して、任意に退会することができる。

(除名)

第11条 正会員・賛助会員が次の各号の一に該当するに至った時は、総会の議決により、その正会員・賛助会員を除名することができる。この場合、その正会員・賛助会員に対し、議決の前に弁明の機会を与えなければならない。

- (1) 法令及びこの定款等に違反した時。
- (2) この法人の名誉を傷つけ、又は目的に反する行為をした時。

(抛出金品の不返還)

第12条 既に納入した入会金、会費及びその他の抛出金品は、返還しない。

第4章 役員

(役員の種類及び定数)

第13条 この法人に、次の役員を置く。

- (1) 理事長 1人
- (2) 副理事長 1人
- (3) 理事（理事長及び副理事長を含む。）3人以上 5人以下
- (4) 監事 1人以上 3人以下

(役員を選任等)

第14条 理事及び監事は、総会において選任する。

- 2 理事長及び副理事長は、理事の互選により定める。
- 3 監事は、理事又はこの法人の職員を兼ねることができない。
- 4 法第20条各号のいずれかに該当するものは、この法人の役員になることができない。
- 5 役員のうちには、それぞれの役員について、その配偶者若しくは3親等以内の親族が1人を超えて含まれ、又は当該役員並びにその配偶者及び3親等以内の親族が役員総数の3分の1を超えて含まれることになってはならない。

(役員職務)

第15条 理事長は、この法人を代表し、業務を統括する。

- 2 副理事長は、理事長を補佐して業務を掌理、理事長があらかじめ理事会の議決を経て定めた順序により、理事長に事故がある時はその職務を代理し、理事長が欠けたときはその職務を行う。
- 3 理事は理事会を構成し、この定款の定め及び理事会の議決に基づき、この法人の業務の執行を決定する。
- 4 監事は、次に掲げる職務を行う。
 - (1) 理事の業務執行の状況を監査すること。
 - (2) この法人の財産の状況を監査すること。
 - (3) 前2号の規定による監査の結果、この法人の業務又は財産に関し不正の行為または法令若しくは定款に違反する重大な事実があることを発見した場合には、これを総会又は所轄庁に報告すること。
 - (4) 前号の報告をする為に必要がある場合には、総会を招集すること。
 - (5) 理事の業務執行の状況又はこの法人の財産の状況について、理事に意見を述べ、理事会の招集を請求すること。

(役員任期等)

第16条 役員任期は2年とする。ただし、役員は、再任を妨げない。

- 2 前号の規定に係わらず、後任の役員が選任されていない場合に限り、第1項で定めている任期の末日後最初の総会が終結するまでその任期を延長する。
- 3 補欠又は増員により選任された役員任期は、前任者又は現任者の残任期間とする。

- 4 役員は、辞任し、又は任期が満了した場合においても、第17条に定める最小の役員数を欠く場合には、後任者が就任するまではその職務を行わなければならない。

(役員の欠員補充)

第17条 理事又は監事のうち、その定数の3分の1を超えるものがかけた時は、遅滞なくこれを補充しなければならない。

(役員解任)

第18条 役員が次の各号の一に該当するに至った時は、総会の決議により、その役員を解任することができる。この場合、その役員に対し、議決する前に弁明の機会を与えなければならない。

- (1) 心身の故障の為、職務の遂行に耐えられないと認められるとき。
- (2) 職務上の義務違反その他役員としてふさわしくない行為があったとき。

(役員報酬等)

第19条 役員は、その総数の3分の1以下の範囲内で報酬を受けることができる。

- 2 役員には、その職務を遂行する為に要した費用を弁償することができる。
- 3 前2項に関し必要な事項は、総会の議決を経て、理事長が別に定める。

第5章 総会

(総会の種別)

第20条 この法人の総会は、通常総会及び臨時総会の2種とする。

(総会の構成)

第21条 総会は正会員をもって構成する。

(総会の権能)

第22条 総会は、次の事項を議決する。

- (1) 定款の変更
- (2) 解散
- (3) 合併
- (4) 事業計画及び収支予算の決定
- (5) 事業報告及び収支決算
- (6) 役員を選任又は解任、職務及び報酬
- (7) 入会金及び会費の額
- (8) 借入金（その事業年度内の収入をもって償還する短期借入金を除く。）その他新たな義務の負担及び権利の放棄
- (9) 事務局の組織及び運営
- (10) その他この法人の運営に関する重要事項

(総会の開催)

第23条 通常総会は、毎年1回開催する。

2 臨時総会は、次の各号の一に該当する場合に開催する。

- (1) 理事会が必要と認め招集の請求をした時。
- (2) 正会員総数の5分の1以上から会議の目的である事項を記載した書面により招集の請求があった時。
- (3) 第15条第4項第4号の規定により、監事から招集があった時。

(総会の招集)

第24条 総会は、第23条第2項第3号の場合を除いて、理事長が招集する。

- 2 理事長は、第23条第2項第1号及び第2号の規定による請求があった時は、その日から10日以内に臨時総会を招集しなければならない。
- 3 総会を招集する時は、会議の日時、場所、目的及び審議事項を示した書面等により、開催の日の少なくとも5日前までに通知しなければならない。

(総会の議長)

第25条 総会の議長は、その総会において、出席した正会員の中から選出する。

(総会の定足数)

第26条 総会は、正会員総数の2分の1以上の出席がなければ開会することができない。

(総会の議決)

第27条 総会における議決事項は、第24条第3項の規定によりあらかじめ通知した事項とする。

- 2 総会の議事は、この定款に規定するもののほか、出席した正会員の過半数をもって決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

(総会の表決権等)

第28条 各正会員の表決権は、平等なるものとする。

- 2 やむを得ない理由のため総会に出席できない正会員は、あらかじめ通知された事項について書面をもって表決し、又は他の正会員を代理人として表決を委任することができる。
- 3 前項の規定により表決した正会員は、第26条、第27条第2項、第29条第1項第2号及び第47条の適用については、総会に出席したものとみなす。
- 4 総会の議決について、特別の利害関係を有する正会員は、その議事の議決に加わることができない。

(総会の議事録)

第29条 総会の議事については、次の事項を記載した議事録を作成しなければならない。

- (1) 日時及び場所
- (2) 正会員総数及び出席者数（書面表決者又は表決委任者がある場合にあつては、その数を付記すること。）

- (3) 審議事項
- (4) 議事の経過の概要及び議決の結果
- (5) 議事録署名人の選任に関する事項

2 議事録には、議長及びその会議において選任された議事録署名人2人以上が署名押印しなければならない。

第6章 理事会

(理事会の構成)

第30条 理事会は、理事をもって構成する。

(理事会の権能)

第31条 理事会は、この定款で定めるもののほか、次の事項を議決する。

- (1) 総会に付議すべき事項
- (2) 総会の議決した事項の執行に関する事項
- (3) 事業計画及び収支予算の変更
- (4) その他総会の議決を要しない会務の執行に関する事項

(理事会の開催)

第32条 理事会は、次の各号の一に該当する場合に開催する。

- (1) 理事長が必要と認めた時。
- (2) 理事総数の2分の1以上から会議の目的である事項を記載した書面により招集の請求があった時。
- (3) 第15条第4項第5号の規定により、監事から招集の請求があった時。

(理事会の招集)

第33条 理事会は、理事長が招集する。

- 2 理事長は、第32条第2号及び第3号の規定による請求があったときは、その日から10日以内に理事会を招集しなければならない。
- 3 理事会を招集するときは、会議の日時、場所、目的及び審議事項を示した書面等により、開催の日の少なくとも10日前までに通知しなければならない。

(理事会の議長)

第34条 理事会の議長は、理事長がこれに当たる。

(理事会の議決)

第35条 理事会における議決事項は、第33条第3項の規定によりあらかじめ通知した事項とする。

- 2 理事会の議事は、理事総数の過半数をもって決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

(理事会の表決権等)

第36条 各理事の表決権は、平等なるものとする。

- 2 やむを得ない理由の為理事会に出席できない理事は、あらかじめ通知された事項について書面をもって表決することができる。
- 3 前項の規定により表決した理事は、第35条第2項及び第37条第1項第2号の適用については、理事会に出席したものとみなす。
- 4 理事会の議決について、特別の利害関係を有する理事は、その議事の議決に加わることができない。

(理事会の議事録)

第37条 理事会の議事については、次の事項を記載した議事録を作成しなければならない。

- (1) 日時及び場所
 - (2) 理事総数、出席者数及び出席者氏名(書面表決者にあつては、その旨を付記すること。)
 - (3) 審議事項
 - (4) 議事の経過の概要及び議決の結果
 - (5) 議事録署名人の選任に関する事項
- 2 議事録には、議長及びその会議において選任された議事録署名人2人以上が署名押印しなければならない。

第7章 資産及び会計

(資産の構成)

第38条 この法人の資産は、次の各号に掲げるものをもって構成する。

- (1) 設立当初の財産目録に記載された資産
- (2) 入会金
- (3) 会費
- (4) 寄附金品
- (5) 財産から生ずる収入
- (6) 事業に伴う収入
- (7) その他の収入

(資産の管理)

第39条 この法人の資産は、理事長が管理し、その方法は、総会の議決を経て、理事長が別に定める。

(会計の原則)

第40条 この法人の会計は、法第27条各号に掲げる原則に従って、行うものとする。

(事業計画及び収支予算)

第41条 この法人の事業計画及び収支予算は、理事長が作成し、総会において議決を経なければならない。

(暫定予算)

第42条 第41条の規定にかかわらず、やむを得ない理由により予算が成立しない時は、理事長は、理事会の議決を経て、予算成立の日まで前事業年度の予算に準じて収入・支出することができる。

2 前項の収入・支出は、新たに成立した予算の収入・支出とみなす。

(予備費の設定及び使用)

第43条 予算超過又は予算外の支出に充てるため、予算中に予備費を設けることができる。

2 予備費を使用する時は、理事会の議決を経なければならない。

(予算の変更)

第44条 予算成立後にやむを得ない事由が生じたときは、理事会の議決を経て、既定予算の変更をすることができる。

(事業報告及び決算)

第45条 この法人の事業報告書、収支計算書、貸借対照表及び財産目録等の決算に関する書類は、毎事業年度終了後、速やかに、理事長が作成し、監事の監査を受け、総会において、議決を経なければならない。

2 決算上、剰余金が生じたときは、次事業年度に繰り越すものとし、構成員に分配してはならない。

(事業年度)

第46条 この法人の事業年度は、毎年4月1日に始まり、翌年3月31日に終わる。

第8章 定款の変更、解散及び合併

(定款の変更)

第47条 この定款を変更しようとする時は、総会において、出席した正会員の4分の3以上の多数の議決を経、かつ、法第25条第3項に規定する軽微な事項を除いて、所轄庁の認証を得なければならない。

(解散)

第48条 この法人は、次に掲げる事由により解散する。

- (1) 総会の決議
- (2) 目的とする特定非営利活動に係わる事業の成功の不能
- (3) 正会員の欠乏
- (4) 合併

- (5) 破産
 - (6) 所轄庁による設立の認証の取り消し
- 2 前項第1号の事由によりこの法人が解散する時は、正会員総数の4分の3以上の承諾を得なければならない。
- 3 第1項第2号の事由により解散する時は、所轄庁の認定を得なければならない。
- 4 この法人が解散した時は、理事が清算人となる。

(残余財産の帰属)

第49条 この法人が解散（合併又は破産による解散を除く。）した時に残存する財産は、法第11条第3項に掲げる者のうち、解散の時点における総会においてに議決されたものに譲渡するものとする。

(合併)

第50条 この法人が合併しようとする時は、総会において正会員総数の4分の3以上の議決を経、かつ、所轄庁の認証を得なければならない。

第9章 公告の方法

(公告の方法)

第51条 この法人の公告は、この法人の掲示場に掲示すると共に、官報に掲載して行う。ただし法第28条の2第1項に規定する貸借対照表の公告については内閣府ポータルサイトに掲載して行う。

第10章 事務局

(事務局の設置)

- 第52条 この法人に、この法人の事務を処理する為、事務局を置く。
- 2 事務局には、事務局長その他の職員を置く。
 - 3 事務局長及びその他の職員は、理事長が任免する。
 - 4 事務局の組織及び運営に関し必要な事項は、総会の議決を経て、理事長が別に定める。

第11章 雑則

(細則)

第53条 この定款の施行に関し必要な細則は、理事会の議決を経て、理事長が別に定める。

附 則

- 1 この定款は、この法人の成立の日から施行する。
- 2 この法人の設立当初の役員は、次に掲げる者とする。

理事長	吉田 省司
副理事長	稲永 鐵男

理事 鈴木 眞一
監事 鈴木 光友

- 3 この法人の設立当初の役員任期は、第16条第1項の規定にかかわらず、成立の日から平成20年5月31日までとする。
- 4 この法人の設立当初の事業計画及び収支予算は、第41条の規定にかかわらず、設立総会の定めるところによる。
- 5 この法人の設立当初の事業年度は、第46条の規定にかかわらず、成立の日から平成20年3月31日までとする。
- 6 この法人の設立当初の入会金及び会費は、第8条の規定にかかわらず、次に掲げる額とする。

(1) 正会員	入会金	個人（1口）	5,000円	法人（1口）	10,000円
	年会費	個人	5,000円	法人	30,000円
(2) 賛助会員	入会金	個人（1口）	5,000円	法人（1口）	30,000円
	年会費	個人	5,000円	法人	30,000円

補 則

- | | | |
|--------|----------------------------|------------|
| 1 定款変更 | 第13条（3）（4） | 平成20年5月31日 |
| 2 役員変更 | 初年度の任期満了に伴い再任・新任・辞任 | 平成20年5月31日 |
| 3 役員変更 | 任期満了に伴い再任・辞任 | 平成28年4月 1日 |
| 4 役員変更 | 活動拠点変更の伴い新任・退任 | 令和 8年1月 1日 |
| 5 定款変更 | 名称・所在地・目的・活動の種類・事業内容・公告の方法 | 令和 8年2月 日 |

令和7年度の事業計画書

令和 7年 4月 1日から

特定非営利活動法人国保ヘルスアップ事業支援協議会

1 事業実施の方針と計画

・2025年（R7）度 十九期目の事業計画：

前年度から引き続きPSS（ピンしゃんしゃん）の活動を行ってまいります。

PSS（ピンしゃんしゃん）宣言とは、

「身体がピンとして心がしゃんとして頭（脳）もしゃん」とした健康生活になるために生活習慣の「うごく・やべる・やすむ」を意識して生活するような啓発活動を進めていきます。

2025年の今年は団塊の世代の人たちが75歳を過ぎる年になります。

人生100年時代と言われますが、認知症も5人に一人という時代になってきます。

そこで、寝たきり生活になる前にロコモティブシンドロームや認知症になる兆候を、抑える活動として「PSSカード（ピンしゃんしゃん）」で健康の意識を高めてまいります。

今年度は、静岡県が取り組んでいる「お達者度」35市町の健康順位を上位にしていく取り組みを、静岡県東部地区の富士市を拠点として活動してまいります。

キャピラロスコープによる血管血流観察装置のツールを活用して「健康で暮らす社会貢献」と毛細血管観察会を実施することで現状の健康を目で見る「動機付け」から「意識付け」への活動を実践し、さらには定期的に観察することで「意欲付け」となり生活習慣の改善につながり、一次予防、二次予防、三次予防の前段階の「ゼロ次予防」という考え方を提唱しています。

前年度に引き続き、高齢者の死生観を大切にさせていただくために「命カード」による親子間の意思疎通を明確にして、寝たきりになった後のマカロニ状態を少なくする啓発活動を展開してまいります。

有酸素運動のうごくを目的とした「息吹きトレーナー」としては、次世代の吹き矢「ブローゴルフ」を使った息・生き健康教室で孤独孤立のない自立した健康と誤嚥防止で長生きの講座を開講してまいります。

「息・生き健康教室」の開講や「通いの場作り」にも参加させていただき、高齢化社会へ「ブローゴルフ」で社会貢献できる息吹きトレーナーの養成講座も開催してまいります。

生活習慣の「うごく・たべる・やすむ」の啓発活動として

うごくは、次世代の吹き矢「ブローゴルフ」を使つての啓発活動になります

たべるは、2025. 11. 1（土）富士市ロゼシアターでの「米粉フォーラム」に向けて活動してまいります。

やすむは、毛細血管観察会を幅広く開催して、ストレスや睡眠などについて勉強会を開催してまいります。

2 事業の実施に関する事項

(1) 特定非営利活動に係る事業

今年度も、事業を休止して新しい体制（富士市を中心とした活動）を構築します。

NPO法人の主たる拠点を浜松市から富士市に移して活動を再開してまいります。

2 事業の実施に関する事項

(1) 特定非営利活動に係る事業

事業名 (定款に記載した事業)	具体的な事業内容	(A) 当該事業の 実施予定日時 (B) 当該事業の 実施予定場所 (C) 従事者の 予定人数	(D) 受益対象 者の範囲 (E) 予定人数	事業費の 予算額 (単位：千円)
事業「①」 講演・セミナー	次世代の吹き矢 ブローゴルフ	(A) 毎月第一水曜日 毎月第三水曜日 14時から16時 (B) あいホール (C) 指導者1名	(D) 小学生から高齢者 (E) 参加者 10人以下 (1か月)	講師料50千円 旅費交通費5千円 会場費3千円 通信費2千円 合計60千円
事業「①」 講演・セミナー	米粉フォーラム富士	(A) 2025.11.1(土) (B) 富士市 ロゼシアター (C) 従事者8名	(D) 静岡県在住の方 (E) 参加者60人	講師料50千円 旅費交通費20千円 会場費30千円 会議費50千円 広告宣伝費10千円 通信費5千円 合計165千円
事業「②」 個別健康管理事業	毛細血管観察会	(A) 月1回程度 (B) 静岡県のイベント会場 (C) 観察士2名	(D) 3歳から高齢者 (E) 1回30人まで	講師料1,000千円 旅費交通費200千円 会場費10千円 広告宣伝費50千円 通信費10千円 合計1,270千円

(2) その他の事業 ※特定非営利活動しか行わない場合

事業名 (定款に記載した事業)	具体的な事業内容	(A) 当該事業の実施予定日時 (B) 当該事業の実施予定場所 (C) 従事者の予定人数	事業費の 予算額 (単位：円)
		(A) (B) (C)	
		(A) (B) (C)	

令和7年度 活動予算書
 令和7年 4月 1日から 令和8年 3月 31日まで
 特定非営利活動法人国保ヘルスアップ事業支援協議会
 (単位：円)

科目	特定非営利活動 に係る事業	その他の事業	合 計
I 経常収益			
1. 受取会費			
正会員受取会費	0		
賛助会員受取会費	0		
			0
2. 受取寄附金			
受取寄附金	0		
施設等受入評価益	0		
			0
3. 受取助成金等			
助成金	0		
補助金	0		
			0
4. 事業収益			
(1) 特定非営利活動による収益			
①(次世代に吹き矢ブローゴルフ)事業収	66,000		
①(米粉フォーラム富士)事業収益	120,000		
②(毛細血管観察会)事業収益	1,328,400		
(2) その他事業による収益			
①()事業収益		0	
			1,514,400
5. その他収益			
受取利息	0	0	
雑収益	0	0	
棚卸	0		
			0
経常収益計	1,514,400	0	1,514,400
II 経常費用			
1. 事業費			
(1) 人件費			
給料手当	0	0	
法定福利費	0	0	
退職給付費用	0	0	
福利厚生費	0	0	
人件費計	0	0	0
(2) その他経費			
講師料	1,100,000		
会議費	50,000	0	
旅費交通費	225,000	0	
会場費	43,000		
広告宣伝費	60,000		
通信費	17,000		
施設等評価費用	0	0	
減価償却費	0	0	
支払利息	0	0	
その他経費計		0	
事業費計	1,495,000	0	1,495,000
2. 管理費			
(1) 人件費			
役員報酬	0	0	
給料手当	0	0	
法定福利費	0	0	
退職給付費用	0	0	
福利厚生費	0	0	
人件費計	0	0	0
(2) その他経費			
事務所家賃	0	0	

未払金	0	0	
未払い費用	0		
役員等借入金	0	0	
減価償却費	0	0	
支払利息	0	0	
その他経費計	0	0	0
管理費計	0	0	0
経常費用計	1,495,000	0	1,495,000
当期経常増減額	19,400	0	19,400
Ⅲ 経常外収益			
1. 固定資産売却益	0	0	0
経常外収益計	0	0	0
Ⅳ 経常外費用			
1. 過年度損益修正損	0	0	0
経常外費用計	0	0	0
経理区分振替額	0	0	
当期正味財産増減額	19,400	0	19,400
前期繰越正味財産額	-11,564,723	0	-11,564,723
次期繰越正味財産額	-11,545,323	0	-11,545,323

令和8年度の事業計画書

令和 8年 4月 1日から

特定非営利活動法人国保ヘルスアップ事業支援協議会

1 事業実施の方針と計画

・2026年（R8）度 二十期目の事業計画：

前年度から引き続きPSS（ピンしゃんしゃん）の活動を行ってまいります。

PSS（ピンしゃんしゃん）宣言とは、

「身体がピンとして心がしゃんとして頭（脳）もしゃん」とした健康生活になるために生活習慣の「うごく・やべる・やすむ」を意識して生活するような啓発活動を進めていきます。

人生100年時代と言われますが、認知症も5人に一人という時代になってきます。

昨年度に引き続き、寝たきり生活になる前にロコモティブシンドロームや認知症になる兆候を、抑える活動として「PSSカード（ピンしゃんしゃん）」で健康の意識を高めてまいります。

今年度は、富士市に拠点を移し、静岡県が取り組んでいる「お達者度」35市町の健康順位を上位にしていく取り組みを、静岡県東部地区に向けて活動してまいります。

キャピラロスコープによる血管血流観察装置のツールを活用して「健康で暮らす社会貢献」と今の健康を目で見る「動機付け」から毛細血管観察装置のツールを活用しての「意識付け」への活動を実践し、さらには定期的に観察することで「意欲付け」となり生活習慣の改善につながり、一次予防、二次予防、三次予防の前段階の「ゼロ次予防」という考え方を提唱しています。

前年度に引き続き、高齢者の死生観を大切にさせていただくために「命カード」による親子間の意思疎通を明確にして、寝たきりになった後のマカロニ状態を少なくする啓発活動を展開してまいります。

「息吹きトレーナー」としては、次世代の吹き矢「ブローゴルフ」を使った息・息健康教室で孤独孤立のない自立した健康と誤嚥防止で長生きの講座を開講してまいります。

「息・生き健康教室」の開講や「通いの場作り」にも参加させていただき、高齢化社会へ「ブローゴルフ」で社会貢献できる息吹きトレーナーの養成講座も開催してまいります。

生活習慣の「うごく・たべる・やすむ」の啓発活動として

うごくは、次世代の吹き矢「ブローゴルフ」を使つての啓発活動になります

次世代の吹き矢「ブローゴルフ」が2026. 1. 5に富士市文化スポーツ課に富士市のレクリエーションスポーツとして採択されましたので富士市民により一層の啓発活動路なると思います。

たべるは、2025. 11. 1（土）富士市ロゼシアターでの「米粉フォーラム」を開催して、高評価をいただきました。

今年度も2026. 11. 14（土）に向けて活動してまいります。

やすむは、毛細血管観察会を幅広く開催して、ストレスや睡眠などについて勉強会を開催してまいります。

富士市教育委員会の生涯学習人材バンク講師に採択されましたのでこちらも併用して開催してまいります。

2 事業の実施に関する事項

(1) 特定非営利活動に係る事業

今年度も、事業を休止して新しい体制（富士市を中心とした活動）を構築します。

NPO法人の主たる拠点を浜松市から富士市に移して活動を再開していきます。

2 事業の実施に関する事項

(1) 特定非営利活動に係る事業

事業名 (定款に記載した事業)	具体的な事業内容	(A) 当該事業の 実施予定日時 (B) 当該事業の 実施予定場所 (C) 従事者の 予定人数	(D) 受益対象 者の範囲 (E) 予定人数	事業費の 予算額 (単位：千円)
事業「①」 講演・セミナー	次世代の吹き矢 ブローゴルフ	(A) 毎月第一水曜日 毎月第三水曜日 14時から16時 (B) あいホール (C) 指導者1名 (A) 毎月第二金曜日 14時から16時 (B) 富士市施設 (C) 指導者1名	(D) 小学生から高齢者 (E) 参加者10人以下 (1か月) (D) 高齢者 (E) 参加人数10人	講師料70千円 旅費交通費30千円 会場費20千円 通信費10千円 合計130千円
事業「①」 講演・セミナー	米粉フォーラム富士	(A) 2026. 11. 14 (土) (B) 富士市市内施設 (C) 従事者10名	(D) 静岡県在住の方 全国から米粉有識者 (E) 参加者100人	講師料70千円 旅費交通費20千円 会場費50千円 会議費10千円 広告宣伝費40千円 通信費10千円 合計200千円
事業「②」 個別健康管理事業	毛細血管観察会	(A) 月1回程度 (B) 全国のイベント 会場 (C) 観察士2名	(D) 3歳から高齢者 (E) 1回30人まで	講師料1,000千円 旅費交通費150千円 会場費100千円 広告宣伝費50千円 通信費10千円 合計1,310千円
事業「②」 個別健康管理事業	富士市生涯人材バンク	(A) 年4回程度 (B) 富士市の会場 (C) 従事者2名	(D) 高齢者 (E) 1回30人まで	講師料200千円 旅費交通費50千円 会場費50千円 広告宣伝費50千円 通信費10千円 合計360千円

(2) その他の事業 ※特定非営利活動しか行わない場合

事業名 (定款に記載した事業)	具体的な事業内容	(A) 当該事業の実施予定日時 (B) 当該事業の実施予定場所 (C) 従事者の予定人数	事業費の 予算額 (単位：円)
		(A) (B) (C)	

令和8年度 活動予算書
 令和8年 4月 1日から 令和9年 3月 31日まで

特定非営利活動法人国保ヘルスアップ事業支援協議会
 (単位:円)

科目	特定非営利活動に係る事業	その他の事業	合計
I 経常収益			
1. 受取会費			
正会員受取会費	100,000		
賛助会員受取会費	0		
2. 受取寄附金			100,000
受取寄附金	0		
施設等受入評価益	0		
3. 受取助成金等			0
助成金	0		
補助金	0		
4. 事業収益			0
(1) 特定非営利活動による収益			
① (次世代に吹き矢プロゴルフ) 事業収	132,000		
① (米粉フォーラム富士) 事業収益	200,000		
② (毛細血管観察会) 事業収益	1,328,400		
② (富士市生涯人材バンク) 事業収益	442,800		
(2) その他事業による収益			
① () 事業収益		0	
5. その他収益			2,103,200
受取利息	0	0	
雑収益	0	0	
棚卸	0		
経常収益計	2,203,200	0	0
II 経常費用			2,203,200
1. 事業費			
(1) 人件費			
給料手当	0	0	
法定福利費	0	0	
退職給付費用	0	0	
福利厚生費	0	0	
人件費計	0	0	
(2) その他経費			0
講師料	1,340,000		
会議費	10,000	0	
旅費交通費	250,000	0	
会場費	220,000		
広告宣伝費	140,000		
通信費	40,000		
施設等評価費用	0	0	
減価償却費	0	0	
支払利息	0	0	
その他経費計	0	0	0
事業費計	2,000,000	0	2,000,000
2. 管理費			
(1) 人件費			
役員報酬	0	0	
給料手当	0	0	
法定福利費	0	0	
退職給付費用	0	0	
福利厚生費	0	0	
人件費計	0	0	
(2) その他経費	0	0	0

事務所家賃	0	0	0
未払金	0	0	0
未払い費用	0	0	0
役員等借入金	0	0	0
減価償却費	0	0	0
支払利息	0	0	0
その他経費計	0	0	0
管理費計	0	0	0
経常費用計	2,000,000	0	2,000,000
当期経常増減額	203,200	0	203,200
III 経常外収益			
1. 固定資産売却益	0	0	0
経常外収益計	0	0	0
IV 経常外費用			
1. 過年度損益修正損	0	0	0
経常外費用計	0	0	0
経理区分振替額	0	0	0
当期正味財産増減額	203,200	0	203,200
前期繰越正味財産額	-11,545,323	0	-11,545,323
次期繰越正味財産額	-11,342,123	0	-11,342,123