

# 一般社団法人 にいがたヨガ協会

新潟にあふれる笑顔は健康から

## 活動理念

地域に暮らす子どもから、働く世代や高齢者まで、すべての世代が健康・健全に共存する、明るいまちづくりを目指して、新潟の風土を生かした健康づくりを提唱します。

特に、健康に関心の低い方たちや、働き盛りの多忙な方たちにとって意識を持つきっかけとなるような機会を作り、自然の流れに沿った持続可能な健康習慣が根付くようナッジサポートいたします。

ヨガは人間本来の力を引き出し、心と体を健やかに育みます。そして、健康な心身は、世の中にさまざまな喜びを生み出します。ヨガだけでなく多方面からの教養や健康づくりで人々が喜びを分かち合える活動を通し、この新潟の地に溢れんばかりの笑顔がいつでも続くことを願い、私たちは地域とともに歩んでまいります。

## 代表理事あいさつ

井浦 春美

なぜ、人は長寿を望むのか？

誰もが歓喜する成功者がいて、誰もが悲しむ犯罪が起きる。人間は計り知れない大自然に生かされながら、人間が築いた社会の中でタフに生き抜いていかなければなりません。自他共存して生きる喜びが、健康・健全な人間本来の姿です。ご長寿を誇り敬い、働く世代に癒しと活力を、青少年を明るく包む希望とやさしさを。全世代が互いに元気を与えあえる地域社会はきっと明るい未来に満ちているでしょう。みなさんもその当事者として、ぜひ一緒に活動及びご協力をいただけますよう何卒よろしくお願い申し上げます。



## 沿革

ヨガと健康増進活動の普及推進を目的として、令和元年に設立。令和4年度、助成財団に採択された健幸ウェルビーイング及びエコ活動プロジェクトを開始。令和5年度、健康経営サポート開始。ヨガで社会に貢献する当協会の活動にご賛同ご参画いただける方々に支えられ、これからもさらに全県へと笑顔の輪を広げます。

# :::NAY:::

## にいがたヨガ協会

はこんなことをする団体です😊

### 例えば、法人・団体会員さまと

従業員様向け、業種・役職別のセミナーや講演を行っております。  
休職・離職率の低下、有能な働き手と投資家に選ばれる魅力的な人財戦略の健康経営を実践的プログラムでサポートいたします。  
また、ユーザーに親しまれる企業イメージづくりとして、販売促進企画、有意義な体験活動、社会福祉活動をご提案いたします。

### 例えば、ヨガを楽しむ個人会員さまと

#### <楽しむヨガ体験 年間実績の例>

- 4月 春の地球ヨガ-桜-
- 5月 ヨガの練習が楽しくなる練習会。アーサナ研究会
- 6月 山歩きと森林浴ヨガ
- 7月 果樹園deYOGA
- 8月 サンセットビーチヨガ、SUP&水上ヨガ
- 9月 フルムーンキャンドルナイトヨガ
- 10月 自然豊かな公園でパークヨガ
- 11月 はじめてのピラティス体験
- 12月 年末チャレンジ108回太陽礼拝
- 1月 新年の坐禅+ヨガ
- 2月 高層ビル最上階 星空ナイトYOGA
- 3月 春のビーチクリーン&ヨガ …etc,

**ひとりでは出来ないけど、だれかとならやってみよう！こんなのがあったらいいな！という企画を募集し開催しております。**

### 例えば、指導者会員同士で

技術の向上、意識の向上、お互いを高めあう場を作り、正しいスキルを身につけた質の高い指導者が、県内各地で活躍できるようサポートします。  
当協会は、技術だけでなく、人としてもあるべき姿の指導者を目指します。

### ぜひ、私たちと一緒に活動してみませんか？

少しでも興味を持っていただけたら、ぜひお気軽にお問合せ下さい。

メール：info@nyogakyoukai.com

電話：025-269-5990

郵送先：950-0163 新潟市江南区東船場1-2-7





# 事業に役立つ いきいきセミナー

企業様、施設様、事業場ごとの課題に取り組みます

1講座15-90分 企画や予算に合わせてご提案

講座・研修・イベントに役立ちます

## やるならひと味違った 本当に喜ばれる健康講座を

### 講座内容例

国際治療リハビリテーション研究所 VIM体操指導員  
健康経営EXアドバイザー 全米ヨガアライアンス200h修了 井浦春美

- ・介護/福祉「シニアが笑って生きる健康ヨガ」  
「視聴覚等障がい者のためのヨガ」
- ・企業研修「健康経営 元気な会社の腰痛予防」  
「メンタルヘルス ヨガ式社員研修」  
「目を守る！視力向上ヨガ」



全米ヨガアライアンスE-RYT200h修了  
RPT30ピラティス講師

村田智美

- ・教育/運動「おやこでヨガあそび」  
「スポーツのためのヨガ」
- ・イベント「企画で勝負 PRキャラバン隊」



にいがたヨガ協会認定講師  
FTP認定ピラティス講師

清水 香

- ・フレイル予防「かんたん健康イス体操」
- ・幼児期教育「なかよし子ども元気体操」
- ・若者世代「心とカラダのヨガ教室」



ご予約  
お問い合わせ

一般社団法人にいがたヨガ協会 / 新潟市江南区東船場1-2-7  
TEL : 025-269-5990 メール : info@nyogakyoukai.com