

1945

2021年度事業報告書  
法人の名称 特定非営利活動法人ダンスライフコミュニケーションズ

特定非営利活動法人ダンスライフコミュニケーションズは2021年度は準備期間のため、またコロナの影響で、主に認知活動を行い、一部の事業活動は行えておりません。

1 事業の成果

「脳トレリズム体操」オンラインレッスンの体験会を開催

- ホームページ更新
- 各種イベント資料、案内状作成
- 脳トレリズム体操営業用チラシ作成（当法人紹介、インストラクタープロフィール）
- 有料老人ホーム大手運営部各社に営業
- 脳トレリズム体操の実証実験を行いました。

2 事業内容

尚、2021年度は準備期間のため、主に認知活動を行い、以下一部事業は行えておりません。

(1) 特定非営利活動に係る事業

① ダンスに関わる健康支援事業：オンラインレッスン体験会を行いました。

ア 健康支援事業

- ・内 容 高齢者への脳トレダンス（認知症予防）  
青少年から中高年へのダンス指導（生活習慣病予防・改善）
- ・日 時 通年
- ・場 所 神奈川県内のスポーツセンター、貸しスタジオ等

② ダンスフェスティバルの開催、運営、認知活動に関わる事業：未実施

ア ダンスフェスティバル事業：未実施

- ・内 容 ダンスフェスティバル企画・開催・運営  
ダンス発表会  
様々なジャンルの無料体験型プログラム  
（ダンスレッスン、ダイエット無料相談）  
健康問題改善のための整体師や医師による姿勢や食育に関わる講義  
糖質カット・脂質オフ食堂の運営
- ・日 時 通年
- ・場 所 神奈川県 文化体育館・スポーツセンター等

イ 自社コンテンツ認知活動事業：実施

- ・内 容 広告宣伝、Youtube 配信、ホームページ制作、
- ・日 時 通年
- ・場 所 事務局等

③ ダンスに関わる学校活動支援事業：未実施

ア 学校活動支援事業：未実施

- ・内 容 体育教師へのダンス指導方法の提案、生徒へのダンス指導  
姿勢の矯正、心身の健康支援



- ・日 時 通年
- ・場 所 学校の体育館、神奈川県内のスポーツセンター、貸しスタジオ等



## 2021 | ご報告

・2021.04 ヒューマンアカデミー通信講座のテキストに採用されました！  
筑波大学名誉教授(健康増進学・スポーツ医学)田中喜代次先生監修の「認知症予防実践指導士」のテキスト(ヒューマンアカデミー通信講座)に「脳トレリズム体操」「脳トレダンスエクササイズ」が採用されました。  
<https://www.tanomana.com/product/carework/ninchisho.html...>  
(たのまな通信講座 カテゴリー「介護」で検索！)

・2021.10 介護士向けの Web メディア『きらッコノート』(運営：レバレッジ様)に「脳トレリズム体操」の記事を掲載して頂きました！  
<https://job.kiracare.jp/note/article/23948/?fbclid#title1>

・2021.06.30 神奈川県 NPO 協働推進課  
2020 年度パートナーシップ支援事業『協働・連携事例集 2020』に当法人の活動が掲載されました！「ダンス×睡眠×環境の相関関係実証実験」  
<http://www.pref.kanagawa.jp/docs/md5/cnt/f6188/>  
(NEW 協働連携事例集 2020 NO.12)

・神奈川県での健康支援プログラムがスタートしました  
<https://www.town.oi.kanagawa.jp/soshiki/8/noutorerizumu.html>  
緊急事態宣言の影響でだいぶ延びましたが無事実施できました！

2021.10.15・29 小田原大井町、10/22 厚木市  
2021.11.09 西湘スポーツセンター、11/18 海老名市  
2022.03.03 未病バレービオピア

・神奈川県政策局 いのち・未来戦略本部室コミュニティ活性化グループ「コミュニティ再生・活性化モデル事業(第2期)」として  
<https://www.pref.kanagawa.jp/docs/k8d/community/model2.html>  
2022.02.25 に座間市老人クラブ連合会様とオンラインレッスンを開催致しました。連合会の代表者が集まる会議の中で1時間程「脳トレリズム体操」を行いコロナ禍での運動不足解消とオンラインツールを使った新しい運動のあり方を体験して頂きました。



座間市老人クラブ連合会様とのオンラインレッスン(奥のスクリーンに僕が映っています)



運動しています

↓ 健康支援プログラム ↓



小田原大井町の方々



厚木市の方々



西湘スポーツセンターでのレッスン風景



海老名市でのレッスン風景



# DLC

## 活動報告 2021

NPO 法人  
ダンスライフ  
コミュニケーションズ

2022 | 03

### 2022 | ご挨拶

2019年からスタートした法人活動も丸3年が経過しました。ほぼコロナ禍という状況下でここまで前進出来たこと、とても嬉しく皆様の御最員のたわものと誠に感謝しております。

2021年度はオンラインレッスンという新しい試みを通じ、緊急事態宣言下での実証実験遂行・ビスサポートセンターからの補助金給付・寄付のクレジット決済と連動し土台作りとなる年でした。「認知症予防実践指導士」のテキスト採用は「脳トレリズム体操」にのっての門出となり、新しい仲間との協働に繋がっています！

この誰も経験した事のない未曾有の事態、不安や苛立ち、前に進む事の難しさに苛まれる事もあります。しかし、日々のサークルやレッスンが自分自身を鍛え、その訓練の継続が新たな決断へと進化していきます。

「人生に無駄はない」

よく、そんな言葉を耳にしますが、僕は「決意」が無ければ、日々は「無駄」に終わると思っています。

リモートワークで空いた時間をマラソンにあてる方、オンラインツールを使った新しい運動のあり方にご高齢の方も参加される時代。それは決意と日々の決断があるからです。

「健康」でいる事は簡単ではありません。40を越えれば誰にも不調はつきものです。生活のリズムを整え、理想の姿勢を手に入れる事は、何より生活習慣病・認知症の予防に繋がります。

多様性を認め合う時代、ただ認め合うだけなんて簡単です。共生共存は、多様な人達が向きあうためには意識し合える共通項がなければいけない。その共通項・キーワードは「健康である事」だと僕は思います。

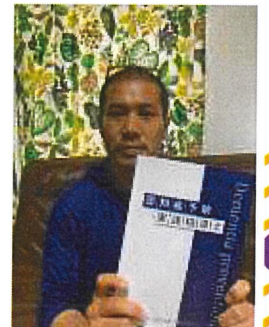
1人では難しい継続も、そこに仲間がいる事で支えあえる。

コミュニティ再生・活性化で「生活の質の向上」と「幸せ」を生み出し、包括的に支援する事をあらためてここに「決意」します。

早川 嘉一郎



◆2021年度活動の様子はフェイスブックやホームページにも記載しております。以下



ヨコハマ SDGs デザインセンター ユーザーアカデミー通信講座の方より取材を受けました  
ヒューマンアカデミー通信講座のテキストに採用！

net-byoエクスポアプラザ芸術センター主催

令和4年  
3月3日 木

生活習慣・認知症予防の運動プログラム  
**脳トレリズム体操**  
音楽療法「ビートピア」

やっぴら楽し！ 健康から守れ！ 誰でもできる「脳トレリズム体操」

認知症予防に効果のある運動として、音楽の研究から取り上げられたダンスは、音楽に合わせて体を動かすために、ステップや踊り付けを覚え、いくつもの動作を同時進行で行います。ダンスを行うことは、記憶力や集中力を高め、脳が活性化し認知症予防に繋がると考えられています。音楽、ダンスを通してダンスを楽しめる運動プログラムです。

時 間：10:30～12:00  
場 所：末廣パービオトピア、ビフォーダンスセンターローム  
神奈川看護専門学校3階306  
参加費はすべて無料です  
定 員：10名程度（参加費無料）から参加可能（参加費1000円）  
注：会場に在住しない方は参加費から参加費がかかります  
費 用：無 料  
要 員：2名  
持ち物：運動のできる履物、飲み物、タオル  
注：参加費の半分は参加費です。  
（お申し込み後、参加費をお知らせいたします。）  
申込み：お電話またはメールでお申し込みください。申し込みは「脳トレ」に記載してください

申込先：公益財団法人やなぎがき健康財団  
健康づくり課（平日 9:00～17:00）  
電 話：045-242-2028  
メー ル：kai@yagaki-hoken.or.jp

※新型コロナウイルス感染症の感染予防のため、参加者より事前の検温があります。

主催：NPO法人ダンスライフコミュニケーションズ  
協賛：神奈川県 | 実行：公益財団法人やなぎがき健康財団

末廣パービオトピアでの案内チラシです

## 活動計算書

2021年4月1日から2022年3月31日まで

法人の名称 特定非営利活動法人 ダンスライフコミュニケーションズ

(単位:円)

科目	金額		
I 経常収益			
1. 受取会費		86000	
2. 受取寄附金		0	
3. 受取助成金等		0	
4. 事業収益		393294	
5. その他収益		2	
経常収益計			479296
II 経常費用			
1. 事業費			
(1) 人件費			
給料手当	287245		
臨時雇賃金	0		
人件費計	287245		
(2) その他経費			
会議費	0		
旅費交通費	0		
印刷製本費	0		
通信運搬費	0		
消耗品費	0		
工具器具備品	0		
減価償却費	46253		
その他経費計	46253		
事業費計		333498	
2. 管理費			
(1) 人件費			
役員報酬	0		
人件費計	0		
(2) その他経費			
会議費	0		
旅費交通費	0		
消耗品費	0		
支払手数料	770		
その他経費計	770		
管理費計		770	
経常費用計			334268
当期経常増減額			145028
当期正味財産増減額			145028
前期繰越正味財産額			832907
次期繰越正味財産額			977935

## 貸借対照表

2022年3月31日現在

法人の名称 特定非営利活動法人 ダンスライフコミュニケーションズ

(単位:円)

科目	金額		
I 資産の部			
1. 流動資産			
現金預金	113075		
流動資産合計		113075	
2. 固定資産			
固定資産合計		740070	
資産合計			853145
II 負債の部			
1. 流動負債			
流動負債合計		0	
2. 固定負債			
固定負債合計		0	
負債合計			0
III 正味財産の部			
前期繰越正味財産		832907	
当期正味財産増減額		145028	
正味財産合計			977935
負債及び正味財産合計			977935



# 財産目録

2022年3月31日現在

法人の名称 特定非営利活動法人 ダンスライフコミュニケーションズ

(単位:円)

科目	金額	
I 資産の部		
1. 流動資産		
現金預金		
手元現金	0	
横浜銀行普通預金	305318	
未収金		
ダンスに関わる健康支援事業未収金	0	
ダンスに関わる学校支援事業未収金	0	
ダンスフェスティバルの開催、運営、認知活動に関わる事業未収金	0	
流動資産合計		305318
2. 固定資産		
(1) 有形固定資産		
什器備品		
パソコン①	369443	
パソコン②	324374	
歴史的資料	評価せず	
有形固定資産計	693817	
(2) 無形固定資産		
ソフトウェア		
財務ソフト	0	
無形固定資産計	0	
(3) 投資その他の資産		
敷金	0	
特定資産	0	
横浜銀行定期預金	0	
投資その他の資産計	0	
固定資産合計		693817
資産合計		999135
II 負債の部		
1. 流動負債		
未払金		
事務用品購入代	0	
預り金		
源泉所得税預り金	0	
流動負債合計		0
2. 固定負債		
長期借入金	0	
××銀行借入金	0	
固定負債合計		0
負債合計		0
正味財産		999135