

音楽	芸能	美術 工芸	文化	文学	国際 語学	レクリエ ーション	子ども	スポーツ 体操	美容 健康	IT	日常 生活
----	----	----------	----	----	----------	--------------	-----	------------	----------	----	----------

登録名	あくていぶふきやのかい	分野	美容・健康		
		小分類	健康吹き矢		
	アクティブ吹き矢の会	指導	講演	披露	
		○			

【活動内容】

神之木町で生まれたアクティブ吹き矢で健康促進を図っています。

<p>～PR～ 呼吸法で様々な健康効果が実感できます。基本を学んで独自のスタイルに変更しながら楽しめる吹き矢です。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・腹式呼吸の練習機能向上及び姿勢の改善 ・的を目標けて集中力の向上 ・ストレス改善、自己効力感の促進 ・集団活動による刺激、認知症の予防
---	---

■経費（材料費等）	マウス（100円各自負担）吹き矢のセットは3,000円で希望者に販売。初回は貸出します、まずは体験してください。
■依頼者が準備するもの	的を吹く位置の距離が5mなので、広めの室内が場所が必要（室内）事前に会場を確認等要相談。
■交通手段	道具運搬のため車移動。駐車場をお願いします。
■資格・経験	地域ケアプラザ等で披露・指導経験あり。
■対象者	吹き矢に関心のある方ならどなたでも

活動できる曜日		午前	午後	夜間
	月			
	火			
	水			
	木			
	金		×	
	土			
	日			
応相談：応相談				
活動可能地域： 神奈川区内				