

公益社団法人 日本 3 B 体操協会  
2025 年事業報告

I 法人の概況

1 設立年月日 平成 24 年(2012 年) 5 月 1 日

2 定款に定める目的

この法人は、3 B 体操の普及を図ることで、国民の健康意識の向上と心身の健やかな生活を推進すると共に、スポーツの振興に寄与することを目的とする。

3 定款に定める事業内容

この法人は、前条の目的を達成するために、次の事業を行う。

- (1) 3 B 体操指導者の養成と技能の向上を図る教育
- (2) 3 B 体操教室の成果と運営に関する調査・研究
- (3) 乳幼児から小中学生、その保護者のスポーツ実践と体力向上・健康増進の為に 3 B 体操の指導と支援
- (4) 成人の疾病の予防と、健康な社会生活推進の為に 3 B 体操の指導と支援
- (5) 高齢者・障がい者の安全な日常生活と健康寿命を伸ばす為に 3 B 体操の指導と支援
- (6) 健康・スポーツ団体との交流と連携
- (7) その他、この法人の目的達成の為に必要な事業

2 前項の事業は日本全国において行うものとする。

4 所管官庁に関する事項

内閣府

5 社員・指導者会員・受講者数

年度	社員	指導者会員					受講者
		会員数 (1月1日)	入会	復活	休会	退会	
2023	47	2,878	123	9	-104	-3	134,252
2024	46	* 2,908	102	11	-109	-7	140,294
2025	45	* 2,908	139	3	-124	-5	134,285

\*1/1 で復活者有

6 主たる事務所

主たる事務所：大阪府大阪市淀川区宮原一丁目 15 番 3 号

7 役員等に関する事項

役 職	氏 名	常勤・非常勤の別	担当職務・現職
代表理事	田 中 恭 栄	常 勤	
業務執行理事	寺 村 恵	常 勤	
理 事	熊 谷 き え 子	非常勤	
理 事	宮 崎 か よ 子	非常勤	
理 事	岩 下 幸 子	非常勤	
監 事	永 岡 裕 昭	非常勤	
監 事	中 島 弘 子	非常勤	

8 職員に関する事項

職員数		前期末比増減	平均年齢
男 子	1 名	0 名	29 歳
女 子	6 名	0 名	54 歳
合計又は平均	7 名	0 名	51 歳

9 承認可に関する事項

該当なし

## II 事業の状況

### 1. 事業の実施状況

2025年 指導者・指導士認定・教育事業報告  
(1月～12月)

- ・3B体操指導者の養成と技能の向上を図る教育（第4条 第1項 1号）

指導者の養成及び指導技術の向上を目的とする。

#### ① 指導者検定

本年度は指導者 139名認定

地区	東北	北関東	関東	中部	関西	中四国	九州	計
人数	2	29	15	16	21	25	31	139

#### ② 指導士検定

本年度は指導士 33名認定

地区	東北	北関東	関東	中部	関西	中四国	九州	計
人数	4	7	5	0	2	8	7	33

#### ③ 指導者・指導士への研修・教育

地区・支部での指導者研修会、指導者勉強会は、スタッフが事前すり合わせをし、地域別に研修実技の伝達、全国本部、地区、支部からの報告事項の伝達、3B体操の普及、組織運営を強化する為のミーティングを実施した。大会・つどいに向けたミーティングや実技練習も行った。又、引続き感染防止対策を行い実施した。

更に、指導士には研修会前の事前研修及び指導士勉強会、1泊2日又は日帰りで指導士研究会を実施した。研究会では、指導者養成コースを担当する為の知識や検定実技を確認し、養成経験者からのアドバイスや指導士を目指す指導者とも情報交換を行い、指導者養成への意欲向上に繋げた。又、テキストの改定にあたり新実技の確認を行った。

#### ④ 研修実技研修委員会

2025、2026年の研修実技を創作し、全国本部にて各地区へ伝達。

		実施日	参加者
2025年 研修実技	まとめ	1月22日(水)～23日(木)	8名
	伝達	3月25日(火)～26日(水)	21名
2026年 研修実技	打合せ	7月23日(水)	7名
	創作	10月14日(火)～15日(水)	6名
		11月12日(水)	1名
補正	12月10日(水)～11日(木)	7名	

#### ⑤ 地区主催 研修実技研修委員会

全国本部で伝達された研修実技の確認とすり合わせ、伝達の為のシミュレーションを行い、

地区へ伝達する委員会を実施。地区主催で行いその後、支部主催で実施。

⑥ 検定実技委員会

新たに考案した3つの実技と、曲を変更した実技を取入れた検定実技DVDの制作の為、実技の打合せ、練り込み、撮影を下記の日程で行い、全国本部にて各地区へ伝達。

- ・ 2月11日(火) 担当者最終打合せ 5名
- ・ 5月15日(木)～16日(金) 全国検定実技委員会(伝達) 24名

⑦ 地区・支部主催 検定実技委員会

指導者検定・指導士検定に立会う者の研修・教育、検定の実施方法などを確認し、各地区・支部において認識のずれを修正。指導者テキストに沿って指導者の基本となる知識、検定実技や養成コースを行う際のポイント等、又、全国検定実技委員会で行った検定試験問題の変更点や採点方法、採点基準について確認した。

⑧ その他の勉強会

指導者の知識、技術、指導力の向上を目的とした勉強会や講習会。

フォローアップ・指導力アップ、スキルアップ勉強会や講習会

教室等ですぐ出来る実技等や検定実技の伝達、体力づくり、筋力アップ実技、教室の雰囲気づくりや教室の進め方、プログラム等を学んだ。また、スキルアップとして逆立ちの基本を伝える勉強会を実施。さらに、新指導者には教室開拓、指導者活動の意欲向上に繋げる為の知識や目標をもって教室運営ができるように、未養成指導者には養成に繋げる声掛けの方法等の情報交換を行った。

⑨ 指導者を目指す方への説明会・オープンレッスン

登録会員の方に指導者活動について理解を深めていただくため、指導者の勉強会体験、オープンレッスン、大会前の教室合同レッスンや大会後に説明会を実施。

⑩ 養成コースに必要な教材・CD等の取扱い

⑪ 2025年度研修実技や検定実技DVD制作の為の打合せを実施

⑫ 教室運営に必要なCD制作の為の打合せを実施

2025年 調査・研究事業報告 (1月～12月)
-----------------------------

・ 3B体操教室の成果と運営に関する調査・研究(第4条 第1項 2号)

① 各年代の健康問題に関する調査、研究等の実施

- ② 指導のてびき(理論編)、編集、改訂するための打合せを実施
- ③ リズムが取りやすく、馴染みのある音源を新たに制作するため調査、研究を実施
- ④ 各地区が実施する指導士研究会の内容を再考するため調査を実施
  - 5月22日(木)～23日(金) 中四国地区 検定実技委員会
  - 7月5日(土)～6日(日) 北海道支部指導士研究会

2025年 子育て・ジュニア支援事業報告  
(1月～12月)

・乳幼児から小中学生、その保護者のスポーツ実践と体力向上・健康増進の為に3B体操の指導と支援(第4条 第1項 3号)

① 3B主催体験会、外部主催講習会

3B体操の普及を目的とした体験会、講習会を実施

3B体操を通して赤ちゃんや子ども達の健やかな成長を促し、体を動かすことの楽しさを知ってもらうとともに、友達や親子のコミュニケーションを図り、又、異年齢で関わることで人間関係を学び、絆を深めた。保護者の運動不足やストレスの解消、保護者同士の交流の場を提供することで情報交換が図れ、会員増、教室増を目指した。

② 3B主催大会及びつどいの開催、外部主催イベントへの参加

3B体操の普及、練習成果の発表、仲間との交流を図ることを目的に、大会及びつどい、交流会を開催した。

③ その他の勉強会

親子、ジュニア教室勉強会

教室立ち上げや教室の充実を図る為、涉外活動の方法、それぞれの対象にあった実技の創作と伝達、教室や講習会、大会用実技の習得、運営方法、プログラム内容等の勉強会を実施。

④ 教室開拓の為に体験会を実施し、その後新規教室を開設した指導者に1地区が開拓費用を助成。

2025年 成人・ファミリー支援事業報告  
(1月～12月)

- ・成人の疾病の予防と、健康な社会生活推進の為に3B体操の指導と支援(第4条 第1項 4号)
- ・健康・スポーツ団体との交流と連携(第4条 第1項 6号)

① 第4回3B体操全国交流大会 in 栃木

11月30日(日)日環アリーナにて参加者総数3,994名で開催。

3B体操を通して誰にでもできる運動の機会と、体を動かす心地よさや楽しさを体感していただくと共に、日頃の練習の成果の発表を行った。乳幼児から高齢の方々まで運動を継続できる場を提供し、心と体の健康づくりと健康寿命の延伸に繋がる生涯スポーツの振興に寄与できた。

② 第4回3B体操全国交流大会 in 栃木関係

第4回3B体操全国交流大会 in 栃木開催の為の実行委員会、渉外、実技練習、プログラム作成の為の準備や作成スケジュールの確認等を実施。安心・安全な大会を開催できるようミーティングを重ねた。

③ 3B主催体験会、外部主催講習会

3B体操の普及を目的とした体験会、講習会を実施。

体を動かすことの楽しさ、用具使用の効果、運動を継続することで運動習慣を身に付け、健康づくりの大切さを知っていただき、健康寿命や体力維持向上、参加者同士のコミュニケーションも図り、教室、会員の増加を目指した。支部大会終了後、一般参加者や近隣住民に向けて体験会を行った。又、行政へ働きかけ周知活動を行い、教室開設へと繋がった。

④ 3B主催大会及びつどいの開催、外部主催イベントへの参加

3B体操の普及、練習成果を発表、仲間との交流と親睦を図り、世代を超えて楽しさを体験していただくことを目的に、感染防止対策を行い、大会及びつどい、交流会を開催。

又、未開拓地で開催したり、遠方で参加できない会員の為に参加しやすいよう近隣地域で開催したり、指導者に興味がある方の発掘も図った。

外部主催イベントでは、一般の方や家族にも楽しく体験していただき、色んな層で楽しめることをPRでき、健康づくりの大切さを知っていただいた。

⑤ 教室開拓の為に体験会を実施し、その後新規教室を開設した指導者に2地区が開拓費用を助成。

2025年 高齢者・障がい者支援事業報告 (1月～12月)
----------------------------------

・高齢者・障がい者の安全な日常生活と健康寿命を伸ばす為の3B体操の指導と支援

(第4条 第1項 5号)

① 3B主催体験会、外部主催講習会

3B体操の普及、無理なく楽しく自分に合った体操を体験、運動の大切さを知っていただき、健康寿命の延伸を図る等を目的とした体験会、講習会を実施。元気で健康な生活が送れるよう3B体操を通して運動不足や体力低下を解消していただくとともに、転倒予防、

筋力アップ、参加者同士のコミュニケーションを図る機会となり、引きこもりを防ぐことで地域の活性化にもなり、会員増、教室開設に繋がった。又、障がいのある方には用具を使用することで楽しみながら機能回復を図り、体験することで今まで出来なかった運動が出来るようになるなど個々に合わせながら行った。

- ② 教室開拓の為に体験会を実施し、その後新規教室を開設した指導者に2地区が開拓費用を助成。

2025年 共 通  
(1月～12月)

3 B体操の全事業を実施する為の方針の決定、企画検討、実施の為の各種打合せ等の会議を行う

① 教室数

・2024年12月末教室数 8,834 教室      ・2025年12月末教室数 8,691 教室

(内訳)

対象別	赤ちゃん と パパママ	親子	ジュニア	成人	高齢者	障がいの ある方	その他	計
2024年 12月末	7	112	252	5,271	3,129	63	0	8,834
比率	0.1%	1.2%	3%	60%	35%	0.7%	0	100%
2025年 12月末	5	105	240	5,126	3,149	66	0	8,691
比率	0.1%	1.2%	3%	59%	36%	0.7%	0	100%

② 役員会

運営打合せ会議を実施。協会、地区・支部の運営についての打合せ等。

③ 地区代表者会議

	実施日	参加者数	開催場所
第1回	1月15日(水)	12名	オンライン会議
第2回	2月13日(木)	27名	全国本部
第3回	4月8日(火)	12名	オンライン会議
第4回	6月30日(月)	18名	全国本部
第5回	8月5日(火)	12名	オンライン会議
第6回	10月8日(水)	12名	オンライン会議
第7回	12月16日(火)	12名	オンライン会議

- ④ 地区・支部運営会議 地区や支部の運営に関する会議  
支部役員を選任、事業計画や予算、来年度の新役員編成に向けたミーティングを実施。リモートや電話での会議も行う。
- ⑤ 地区・支部会議 スタッフによる会議  
地区代表者会議の伝達、支部間での情報交換等の会議を実施。リモートや電話での会議も行う。
- ⑥ 地区・支部において定時社員総会報告会、地区・支部の事業計画と予算、事業報告と決算報告を行う。

#### 会計関係

地区・支部会計委員会 全国会計委員会の伝達、会計処理の確認等を実施。

#### 広報関係

- ① 機関誌 3 B ライフ (7 回/年) の編集・発行 (平均 56 ページ)、ホームページの編集、公開作業を実施。
- ② 地区・支部広報委員会  
各地区・支部にて 3 B ライフ掲載の記事作成及び地方紙の編集と発行、ホームページ掲載記事の作成等を実施。

#### 会員証関係

会員登録と会員証・指導者証の発行 指導者証発行 139 名、登録会員証発行 6,854 名

#### 渉外関係

3 B 体操普及の為、渉外活動に必要な名刺、リーフレットの取扱い

#### ホームページ関係

月平均来訪者数 約 3,400 名、ホームページより教室紹介や講座依頼の問合せは本年 71 件。

2025 年 3 B 用品等販売事業報告 (1 月～12 月)
------------------------------------

- ・その他、この法人の目的達成の為に必要な事業 (第 4 条 第 1 項 7 号)

体操に必要な用具・ウェア等を取り扱う事業

地区用品委員と販売促進の為の会議を実施

全国用品委員会の実施後、地区・支部にて用品委員会を実施

- ① 全国用品委員会

2 月 12 日 (水)～13 日 (木) 全国本部にて出席者 27 名で実施

② 地区・支部用品委員会

全国用品委員会、地区用品委員会の内容を各地区・支部へ伝達

2025年 賃貸事業報告  
(1月～12月)

・その他、この法人の目的達成の為に必要な事業（第4条 第1項 7号）

- ① 全国本部会館の1F及び2F、3Fの1/2部分を株式会社テル子コーポレーションに、4F部分を関西地区へ継続賃貸
- ② 旧北陸地区本部会館（富山県高岡市）の駐車場を外部へ継続賃貸
- ③ 地区本部会館のレッスン場及び駐車場を指導者へ貸出等

2025年 3B保険取りまとめ事業報告  
(1月～12月)

・その他、この法人の目的達成の為に必要な事業（第4条 第1項 7号）

- ① 3B体操を実践中及び、会場への往復途上に起こる傷害事故に対応する補償制度と、指導者に法律上の損害賠償責任が発生した事故に対応する保険の取りまとめ業務を行う。

・代理店への団体加入申込 <2025年1月～12月までの保険加入状況>

	保険種類	加入件数	補償制度料	補償制度加入料計	備考
登録会員 他	A保険	26,241	月額 100円	30,308,700	月3回以上
	B保険	16,485	月額 50円	9,330,550	月2回以下
	臨時保険	9,064	1～12月 1回7円	63,448	3ヶ月以内の臨時教室 講習会等(一般市民)
	宿泊保険	190	1泊2日 1名188円	35,720	宿泊数により金額変更あり
	ベビー保険	222	月額50～100円	57,400	
指導者	指導者保険	3,000	月額 360円	12,377,070	新指導者は登録会員期間 に掛けていた補償制度料 の残額を充当している
	賠償責任保険	3,000	月額 20円	703,880	
	合計	58,202		52,876,768	

・事故報告受付と3B保険取扱い代理店への連絡確認等

【事故による保険会社からの保険金支払い状況（1月～12月）】

登録会員保険 事故件数 54件 支払保険金 合計 3,539,000円

指導者保険	事故件数	11 件	支払保険金	合計	1,097,500 円
賠償責任保険	事故件数	0 件	支払保険金	合計	0 円

- ・事故防止の為の広報と宣伝の徹底を行う。

登録会員傷害保険の事故件数 54 件のうち、レッスン中のケガが 19 件、レッスンの準備や片付け、往復途上での事故が 35 件。指導者自身が事故を起こさないよう、起きないように毎回意識して取組むことで事故防止につながる。

2025 年 法人会計  
(1 月～12 月)

#### ① 理事会

- 第 1 回 2 月 26 日(水) 出席者 10 名
- 第 2 回 11 月 12 日(水) 出席者 10 名

#### ② 定時社員オンライン総会 3 月 13 日(木) 出席者 62 名

#### ③ 故 大迫テル子会長 三十回忌法要 7 月 1 日(火) 東山浄苑東山本願寺 参列者 70 名

#### ④ 全国本部会館・地区本部会館の維持管理

### 2. 重要な契約に関する事項

該当なし

### 3. 役員会等に関する事項（理事会・社員総会）

#### 第 1 回理事会

日 時 2025 年 2 月 26 日(水) 10:00～11:00

- 議 案
1. 2024 年度事業報告及び計算書類(貸借対照表・正味財産増減計算書)・財産目録・附属明細書承認について
  2. 定時社員総会招集事項決定について
  3. 理事 1 名選任について

- 報告事項
1. 代表理事及び業務執行理事の通常業務以外の職務執行状況の報告
  2. 指導者テキスト改訂、検定実技 DVD 制作、指導のてびき理論編改訂の進捗状況について
  3. 第 4 回 3 B 体操全国交流大会 in 栃木について
  4. 名誉指導者表彰について

## 第2回理事会

- 日 時 2025年11月12日(水) 10:30~11:30
- 議 案
1. 2026年度事業計画(案)について
  2. 2026年度予算(正味財産増減予算)(案)について
  3. 理事及び監事の報酬について
  4. 2025年度における特定費用準備資金等の取崩し及び積立について
  5. 2026年度(令和8年度)借入金限度額決定について
  6. 資金調達及び設備投資見込みに関する内閣府報告事項について
- その他 2026年度役員について
- 報告事項
1. 代表理事及び業務執行理事の通常業務以外の職務執行状況について
  2. 当年度収支見込について
  3. 新指導者テキスト理論編の進捗状況について

## 定時社員総会(オンライン)

- 日 時 2025年3月13日(木) 10:00~12:00
- 議 案
1. 2024年度事業報告及び2023年度計算書類(貸借対照表・正味財産増減計算書)・財産目録・附属明細書承認について
  2. 理事、監事の選任について
  3. 理事及び監事の報酬決定について
  4. 2025年度事業計画及び収支予算報告決定について
- 報告事項
1. 代表理事及び業務執行理事の通常業務以外の職務執行状況報告
  2. 指導者テキスト改訂、検定実技DVD制作、指導のてびき理論編改訂の進捗状況について
  3. 第4回3B体操全国交流大会 in 栃木について
  4. 名誉指導者表彰について
- その他 ・大迫会長法要について

## Ⅲ 法人の課題

該当なし

## Ⅳ 決算期後に生じた法人の状況に関する重要な事項

該当なし