

# 令和5年度の事業報告書

令和5年4月1日から令和6年3月31日まで

特定非営利活動法人おばあちゃんの知恵袋の会

## 1 事業の成果

民間療法及び日本古来から伝わる健康法の伝承活動を行った。主に

- ① 雑誌、テレビ等の取材・撮影協力、監修。
- ② インターネットによる広報
- ③ イベント等への協力 を実施した。

## 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	内容	実施日時	実施場所	従事者の人数	受益対象者の範囲及び人数	支出額(千円)
普及啓発事業	テレビ、紙媒体による活動 (詳細別紙1参照)	令和5年4月より 令和6年3月まで	法人事務所等	2人	不特定多数	0
普及啓発事業	各種協賛等によるイベント等への協力 (詳細別紙1参照)	令和5年4月より 令和6年3月まで		2人	不特定多数	54
普及啓発事業	インターネットで各種民間療法・健康法の広報 (別紙2参照)	令和5年4月より 令和6年3月まで		2人	不特定多数	45

### (2) その他の事業

実施しなかった

(備考)

- 1 2は、(1)には特定非営利活動に係る事業、(2)にはその他の事業について区分を明らかにして記載する。
- 2 2(2)には、定款上「その他の事業」に関する事項を定めているものの、当該事業年度にその他の事業を実施しなかった場合、「実施しなかった」と記載する。

(備考)

- 1 この提出書には、上記の提出書類各2部を添付すること（ただし、法第52条第1項（同法第62条において準用する場合を含む。）の規定により大分県内にその他の事務所が所在する（主たる事務所が県外にある）法人が提出する場合は、副本の提出を要しない。）。
- 2 特定非営利活動に係る事業のほか、その他の事業を行う場合には、活動計算書を一つの書類の中で別欄表示し、また、その他の事業を実施していない場合は脚注においてその旨を記載する、あるいはその他の事業の欄全てに「ゼロ」を記載する。
- 3 5の書類は、前事業年度において役員であったことがある者全員の氏名及び住所又は居所並びにこれらの者についての前事業年度における報酬の有無を記載した名簿をいう。
- 4 2以上の都道府県の区域内に事務所を設置する認定特定非営利活動法人又は特例認定特定非営利活動法人が大分県以外の関係知事に提出する場合には、提出先の団体が定めるところによること。

令和5年度 月別活動内容一覧表

別紙1-1

		4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
テレビ、ラジオ													
サイト、新聞 雑誌など	北陸中日新聞	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
	日立ふれあいニュース		☆										
	リースキン広報						☆						
講演、癒し 会談など	知恵袋の会無料施術会（日出町）	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆
	知恵袋の会無料施術会（大分市）	×	☆	×	☆	×	×	☆	☆	☆	☆	☆	☆
	知恵袋の会無料施術会（福岡）							☆					
	小麦を使った非常食の講習会（4/1）	☆											
	㈱アメイズプラスより依頼、商品企画会議 ZOOMにて（6/8）			☆									
	公民館にて腰痛防止方法のセミナー（6/18）			☆									
	桑茶づくり教室（10/1）							☆					
カウンセリング	過敏性腸症候群の女性（富山県）	☆	☆	☆									
	ウツの女性（別府市）			☆	☆								
	ウツの男性（日出町）								☆	☆	☆		
	パニック症候群の女性（日出町）				☆	☆	☆	☆	☆				
	発達障害児の女性（杵築市）						☆	☆	☆	☆			
	イライラ不眠の女性								☆				
	頸椎からくるめまいの女性（大分市）										☆	☆	
	足が重くて上がらない女性（日出町）												☆
	ストレスによる不眠症と首の痛み（日出町）												☆
HP更新他													
	更新、サーバー変更作業	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆	☆

○打合せ等、☆掲載・実施、×中止

HOME	<b>名称</b>	N P O おばあちゃんの知恵袋の会
知恵の玉手箱	<b>理事長</b>	村尾 宏
医食同源	<b>本社所在地</b>	〒879-1505
体と心の健康		大分県速見郡日出町 川崎1612番地1
知恵袋のお店	<b>設立</b>	1993年設立 (2004年N P O 認定)
ご挨拶		

## 会の概要と活動

## 【これまで一緒にお仕事をした主な企業や法人】

## ■テレビ・ラジオ番組の監修・出演

- ・2022年7月現在、フジテレビ「潜在能力テスト」の出題内容と放映予定映像の内容を監修中。
- ・2010年から2013年までNHK報道番組の「ゆうどきネットワーク」のコーナー「教えて！おばあちゃん」を監修。
- ・NHKあさイチ出演
- ・NHK首都圏ネットワーク出演
- ・NHKごんには いっと6けん出演
- ・TBSみのもんた朝ズバッ出演
- ・テレビ東京ものスタMOVIE出演
- ・テレビ東京L4You出演
- ・関西テレビ スーパーニュース「アンタがアンカー」出演
- ・BSフジ『うつみ宮土理 ミドリのドレミドリ』出演
- ・JNFデイリーフライヤー出演
- ・ニッポン放送ラジオクアノート出演 他

## お問い合わせ

## リンク集



NHKあさイチ

NHK報道番組ゆうどきネットワーク  
「教えて！おばあちゃん」コーナー監修

茶がらで部屋の消臭



## ■新聞社

- ・2022年7月現在、2021年1月から中日北陸新聞に「おばあちゃんの知恵袋」を現在まで毎週水曜日に連載中。
- ・朝日新聞・読売新聞・毎日新聞・日経新聞・中日新聞・東京新聞・毎日小学生新聞・朝日小学生新聞・東京スポーツ・サンケイスポーツ・夕刊フジ・日本農業新聞・日本老友新聞・エコファミリー新聞・NIKKEIプラス1 他

## ・出版社

講談社・小学館・集英社・マガジンハウス・光文社・宝島社・PHP研究所・日経B P・ベネッセコーポレーション・紀伊国屋書店・学研・主婦の友社・芸文社・扶桑社・からだにいいこと・スタート出版・高橋書店・シティリビング・エコファミリー新聞・大和書店・大和書房・辰巳出版・リビング仙台 他

## ・雑誌

・ESSE・NONNO・P H P・週刊朝日・致知・ゆうゆう・すてきな奥さん・サンキュ・AERA KIDS・田舎暮らしの本・おはよう21・週刊女性・女性自身・からだにいいこと・女性セブン・FLASH・節電節約裏技300・with・GASLAND・おばあちゃんの知恵レシビ・現代農業・casan・mitsui home eye・大人の名古屋・和暮らしの本・ありがとう・おはよう奥さん・はんどあんどはあと・ANECAN・OZ PIUS・CHAKURA・ecomom・おかず倶楽部・ANA出張研究所・はつらつ元気・BON MERCI・健康日本・よみうりファミリーブリュ・HITACHIふれあいにゆうす 他

## ■新聞・雑誌に記事の執筆・監修



・こんな企画も！  
鈴木奈々さん花嫁修業  
「家事上手になる」



鈴木奈々さんに当会講師が  
家事を指南

■企業

- ・2022年7月現在、「健康と暮らしの知恵」を伝える日立ふれあいニュースを毎月制作中。
- ・2022年7月現在、日本リースキン株式会社のユーザー向け会報誌「Humming」の「快適暮らしのヒント」コーナーに健康と暮らしの知恵を提供並びに誌面を監修中。
- ・ANA・イオン・HITACH・三菱電機・三井ホーム・カタログハウス・川崎ロータリークラブ・広島ガス・東急グループ・阪急コミュニケーションズ・リクルート・はーすとりのプラス・バイエル薬品・沢井薬局・ヨシケイ・富士薬品・プロレス団体ZERO-ONE・浅井企画 他

■公的機関

大分県速見郡日出町役場・日出町社会福祉協議会・岡山県西栗倉村・福生市市民公民館・月島社会教育会館 他

講演会



日出町役場の健康講演会



日出町社会福祉協議会での乗車教室



発達障がい児就労講演会（東京世田谷）



カタログハウス講演会



西栗倉村での村づくりの講演会

■ワークショップ



医食同源のお料理会（東京築地）



おばあちゃんの知恵料理（東京築地）



福生公民館ワークショップ

■無料施術会



2012年から東北大震災の被災地・陸前高田と大船渡の仮設住宅で毎月18日19日に開催してきた無料施術ボランティアが当会の起源です。以来11年間、おばあちゃんの知恵が伝える整体法を使った無料施術ボランティア会を毎月開催中。

■当会著作・監修の書籍です。



本家おばあちゃんの知恵袋(学研)



おばあちゃんが教えてくれた暮らしの知恵(だいわ文庫)



おばあちゃんからの暮らしの知恵(高橋書店)



夏を涼しく！おばあちゃんの知恵袋(大和出版)



これはこうするんじゃ (白泉社)



おばあちゃんの素朴な手料理塾 (エイ出版)



伝えていきたい暮らしの知恵(学研)

#### ■イベント



シアトルまで行って北米先住民族のマカ族と「おばあちゃんの知恵」の交流 (ヒマだね〜)



被災地陸前高田の仮設住宅で  
月1回の定例無料整体施術会



毎月10日は糖の日。  
糖尿病克服講座後のイベント



那須で7年間開いた月1回の  
週末プチ断食会

HOME

「NPOおばあちゃんの知恵袋の会」は、我が国に伝わる健康や暮らしの知恵をはじめ、全国各地の方が実践する生きた知恵を、大分県速見郡日出町からご紹介しています。

知恵の玉手箱



医食同源

体と心の健康

知恵袋のお店

ご挨拶

電話 [090-1211-0042](tel:090-1211-0042)

・ [問い合わせメール](#)

会の概要と活動

NPOおばあちゃんの知恵袋の会  
〒879-1505大分県速見郡日出町川崎1612番地1

お問い合わせ

リンク集

■おばあちゃんの知恵袋

いのちの「**あいうえお**」五か条

- ・ **あ**りがとう。人に自然に感謝します。
- ・ **い**のちを大切に使い切って食物を無駄にしません。
- ・ **う**つくしく健康的に暮らします。
- ・ **え**コでエコノミーな笑顔の生活。
- ・ **お**てんとうさまに恥じないおかげさまの日々。

「下痢にはすりおろしりんご」  
「眠れない夜はタマネギ」  
おばあちゃんの知恵袋とは、  
命の持つ別の面の働きを  
上手に利用する知恵のことです。

■毎日を元気に豊かにする製品のご紹介

[「知恵袋の小さなお店」](#)



■NHK・フジテレビ・中日新聞・日立のお仕事



NHK報道番組「ゆうどきネットワーク」の暮らしの知恵を教えるコーナー「教えておばあちゃん！」を3年間にわたって監修。実際のやり方も番組内で実演しました。またフジテレビ「潜在能力テスト」の「おばあちゃんの知恵袋」の出題問題を監修。現在は北陸中日新聞(毎週水曜日)におばあちゃんの知恵袋を連載中。毎月日立製作所が全国の日立電器加盟店へ送付する「健康と暮らしの知恵」の会報「ふれあいニュース」の原稿を執筆中

》 [その他の社会活動](#)

》 [著書は7冊](#)

■整体ボランティア活動

NPOおばあちゃんの知恵袋の会は、東北大震災の被災地、大船渡や陸前高田の町の仮設住宅で始めた「無料整体



ボランティア」をその後も地域をかえて11年間開催中！現在は大分にて行っています。

》詳しくはこちら



### あの人が語る おばあちゃんの知恵袋

自分の人生を支えてきた考え方や独自の体験、おばあちゃんの知恵などを語っていただきました。



>> [話を聞く](#)

### おばあちゃんの知恵の玉手箱

なにかわからなことがあったら、  
玉手箱をクリックしてね！。

#### ■イチオシ「知恵袋」

[ラップの芯でスラックスの折りジワ防止](#)  
「中日新聞」連載記事（ウェブ版ページ）

#### ■風呂や怪我の救急箱



#### ■料理のコツは料理箱



#### ■手早くピカピカ掃除



#### ■美容造は化粧箱



#### ■洗濯衣類の手入れは衣装箱



#### ■靴の手入れは靴箱



■「作る・修理」の道具箱



■節約やリサイクルは貯金箱



■料理の後片付け・キッチン洗い



■暮らし快適の知恵



- ・エアコンなしで夏を涼しく
- ・お部屋の消臭
- ・キッチンのあまりもので草木染め
- ・家で暮らしがワンランクアップ
- ・秋から冬の静電気現象を防ぐハンドクリーム

■モノの上手な利用法

- ・日本手拭い



- ・カーワックス



■防災



- ・地震時に生き延びる知恵

■園芸の知恵



### ■世の中のいわれや由来



・風通し・七夕など

## 世間の暮らしの知恵袋



### ⇒世間の暮らしの知恵袋

もらう時あげる時のマナー、災害や盗難の防止、儉約生活、人間関係、冠婚葬祭の包むお金の相場など、社会生活を円滑にするための暮らしの知恵袋です。

(例)

・もらうあげる

・結婚祝いの金額

・お葬儀の金額

## 昔の知恵の生活



昔の季節の暮らしや暮れの生活など、当時の人々の知恵を使った生活を紹介しました。

[>> 昔の知恵の生活とは？](#)

## 当会の提携する知恵の団体

おばあちゃんの知恵を生かして、健康づくりにはげむ当会の提携団体をご紹介します。

[>> どんな団体かのぞいてみる](#)



HOME

1993年に設立の団体です。

知恵の玉手箱

医食同源

体と心の健康

知恵袋のお店

ご挨拶

会の概要と活動

お問い合わせ

リンク集

わからないことがあったら、  
おばあちゃんに聞け！！  
僕たちは子供の頃、世の中で  
分からないことがあったり、  
人生で行き詰ったりすると、  
おばあちゃんに教える  
乞うたものでした。

おばあちゃんはそんな時、  
知識や情報とかではなく、  
自分の体験をもとにした知恵や、  
古くから伝わる  
昔のひとの知恵を語ってくれ、  
目からうろこの、  
素晴らしい打開策を  
授けてくれました。  
わ～、すごいや！おばあちゃん！  
僕たちは本当に心から、  
おばあちゃんを尊敬しました。

でも、そんなおばあちゃんが、  
近頃いなくなってきました。  
ちょっと寂しいです。  
それに今後は、せつかく  
伝えられてきた貴重な知恵が、  
途絶えてしまう怖れもあります。  
そんなわけで、僕たち、  
NPOおばあちゃんの知恵袋の会は  
そうしたおばあちゃんたちが  
残してくれた日本人の知恵を、  
後世に伝えていこうと、  
いま活動をしています。

暮らしの知恵、料理の知恵、  
健康の知恵、人生の知恵。  
いろいろな知恵を語り伝えて、  
日本人の和の心、和の暮らしを  
伝承していきたいと  
思っています。  
みなさんの応援、  
よろしく願いいたします。  
NPOおばあちゃんの知恵袋の会  
理事長 村尾 宏

#### 「NPOおばあちゃんの知恵袋の会」沿革

1993年に、  
「おばあちゃんの知恵袋の会」は  
5人のメンバーにより  
創設されました。  
好きな人間が集まって  
わいわいやるうちに会は  
結成されたので、  
明確な設立月日は不明ですが、  
その年の11月1日に  
会報「おばあちゃんの知恵袋」を  
発行しました。  
そこで1993年11月1日が、  
今では会の創設記念日と  
なっています。  
以来、2010年4月まで、  
会報は毎月発行され続けました。



創刊号

会報の編集方針は、  
実際の日本人の知恵を  
収集することでした。

本の受け売りではなく、  
実際にインタビューや  
アンケートを通して、  
各地に伝わる  
「おばあちゃんの知恵」を  
採集しました。  
そういう意味で、  
私たちの伝える  
おばあちゃんの知恵は、  
生きた日本人の知恵の「考現学」  
だと自負しています。  
また会の中でいろいろな分科会が  
自然発生し、  
さまざまなテーマで  
活動を始めました。



「週末断食友の会」で断食期間中に飲む  
野草酵素を準備しているところ

会報は最終回の2010年年4月1日  
発行の4月号を以って、  
通巻224号を数えました。  
ダンボール一抱え分となります。  
一時は月3回発行の年もあり、  
大変忙しい時期もありました。  
17年の歴史の中で、  
休刊は2回だけ。  
会報のスタイルも、  
A4判のモノクロのホッチキス留め  
という簡易装丁は創刊号のまま、  
最後まで変わりませんでした。

会報は、創刊号から、  
NHK情報ネットワークの  
ファックス通信を使って、  
全国にその内容を発信するという  
気の入れようでした。  
2003年11月には、  
マスコミの紹介や口コミで  
読者が急増し、  
郵政省から第3種郵便物の承認を  
得ました。  
ちょうど会結成10周年に当たる  
月でした。  
翌2004年1月は発展の年で、  
まず1月にNPO法人が認可。  
おばあちゃんの知恵袋の会は、  
社会的な法人格を得るまでにいたりしました。

そして書籍の監修や著作、  
新聞や雑誌の連載、  
NHK報道番組をはじめとする  
テレビ番組の  
「おばあちゃんの知恵袋のコーナー」  
の監修などを行い、  
現在に至っています。  
今後とも、みなさんの  
応援をお願いいたします！

#### ・理事長プロフィール



理事長 村尾 宏  
1955年福岡市の博多生まれ。  
私立西南学院大学法学部卒。  
コピーライター、編集ライター、  
プランナー(編集・商品・広告  
街づくり)を経て、  
月刊海外不動産情報誌の出版、  
及び海外不動産会社の経営に  
携わる。  
現在、特定非営利活動法人  
「おばあちゃんの知恵袋の会」  
理事長。

また気功整体院「むくらい」院長。  
(ヒーラー、気功師)

## 体がスツと楽になる気のイベント



腰・膝・肩など痛み専門の  
日出の気功整体院「むくらい」



〒879-1505  
大分県速見郡日出町川崎1612-1  
院長携帯 [090-1211-0042](tel:090-1211-0042)  
むくらいとは  
豊の国(大分県)に伝わる  
古伝神話の癒しの神様の  
名前です。

人は誰しもその魂の中に、肉体の生命力を超えた強靱な高次の生命エネルギーを秘めています。しかしそのエネルギーがふさがれてしまうと、私たちは病気や不運などのトラブルに見舞われてしまいます。当イベントは、このふさがれた出口を開け放ち、滞った生命エネルギーを解放して症状の緩和、解消をはかるのが目的です。マンツーマンで行いますので、ご参加には事前予約が必要です。また予約があいている限り毎回のご参加も可能です。

主催 [NPOおばあちゃんの知恵袋の会](#)  
[気功整体院むくらい](#)  
大分県速見郡日出町川崎1612-1  
電話 [090-1211-0042](tel:090-1211-0042) (村尾)

### - 2024年 -

#### (1) 日出町会場

- 1 会場 成行公民館 [地図](#)  
速見郡日出町大字川崎1815  
場所がわからない場合は  
お電話頂ければナビ致します。  
電話 [090-1211-0042](tel:090-1211-0042) (村尾)
- 2 日時 3月12日 火曜日  
13時から17時まで  
1人50分
- 3 予約 前日まで可能です。  
電話 [090-1211-0042](tel:090-1211-0042) (村尾)  
メール [》こちら](#)
- 4 参加費 無料



#### (2) 大分市会場

- 1 会場  
大分市コンパルホール和室407号室  
「気の研修会」と表示しています。  
大分県大分市府内町1丁目5-38  
[》 地図](#)
- 2 日時 3月19日 火曜日  
13時から17時まで  
1人50分

3 予約 前日まで可能です。

電話 [090-1211-0042](tel:090-1211-0042) (村尾)

メール [こちら](#)

4参加費 無料

【完全非営利です】

★当イベントは営業目的ではありませんので、**何度でもご参加いただけます**。2012年1月より東北大地震の被災地、大船渡と陸前高田の仮設住宅において毎月同志たちと開催したボランティア施術会の流れを、私は現在まで12年間、開催地域を変えながら継承し続けています。イベント終了後、こちらから参加者に向けて電話やメールでコンタクトをとることは一切ありません。どうぞご安心ください。また予約時間が空いている限り、**何度でもご参加いただけます**。



被災地陸前高田の仮設住宅での施術風景

プライバシーポリシー



# 令和5年度 活動計算書

[税込] (単位：円)

おばあちゃんの知恵袋の会

自 令和 5年 4月 1日 至 令和 6年 3月31日

【経常収益】			
【その他収益】			
受取 利息		18	
経常収益 計		<u>18</u>	18
【経常費用】			
【事業費】			
(人件費)			
人件費計	0		
(その他経費)			
普及啓発事業費	99,000		
その他経費計	<u>99,000</u>		
事業費 計		99,000	
【管理費】			
(人件費)			
人件費計	0		
(その他経費)			
通信運搬費	4,268		
消耗品 費	4,159		
接待交際費	25,055		
新聞図書費	23,099		
支払手数料	<u>220</u>		
その他経費計	<u>56,801</u>		
管理費 計		<u>56,801</u>	
経常費用 計		<u>155,801</u>	155,801
当期経常増減額			<u>△155,783</u>
【経常外収益】			
経常外収益 計			0
【経常外費用】			
経常外費用 計			<u>0</u>
税引前当期正味財産増減額			<u>△155,783</u>
当期正味財産増減額			<u>△155,783</u>
前期繰越正味財産額			<u>2,125,115</u>
次期繰越正味財産額			<u>1,969,332</u>

## 令和5年度 貸借対照表

おばあちゃんの知恵袋の会

[税込] (単位:円)  
令和 6年 3月31日 現在

資 産 の 部		負 債 の 部	
科 目	金 額	科 目	金 額
【流動資産】		【流動負債】	
(現金・預金)		流動負債 計	0
小口 現金	91,043	<b>負債合計</b>	<b>0</b>
普通 預金	1,878,289	<b>正 味 財 産 の 部</b>	
現金・預金 計	1,969,332	【正味財産】	
流動資産合計	1,969,332	前期繰越正味財産額	2,125,115
		当期正味財産増減額	△155,783
		正味財産 計	1,969,332
		<b>正味財産合計</b>	<b>1,969,332</b>
<b>資産合計</b>	<b>1,969,332</b>	<b>負債及び正味財産合計</b>	<b>1,969,332</b>

# 令和5年度 財産目録

おばあちゃんの知恵袋の会

[税込] (単位:円)  
令和 6年 3月31日 現在

## 《資産の部》

### 【流動資産】

(現金・預金)

小口 現金 91,043

普通 預金 1,878,289

郵貯 (1,878,289)

現金・預金 計 1,969,332

流動資産合計 1,969,332

資産の部 合計 1,969,332

## 《負債の部》

### 【流動負債】

流動負債 計

0

負債の部 合計

0

正味財産

1,969,332