

今月はイベント参加が二つありました/ 浅田

今月は、「子供の家まつり」と「生涯学習センターフェスティバル」に参加させていただきました。

「子供の家まつり」では、「ちびりんピック」「にこにこ広場」を担当し、小さいお子様との触れ合いを楽しみました。

「生涯学習センターフェスティバル」は11月3日（金・祝）に西条の「くららホール」にて開催され、各町の講座が体験でき、講演や舞台発表など様々なイベントが催されました。

私は「マルマポイントセラピー」と「優しく体に触れて癒す」の2つをさせていただき、12名の方が受講してくださいました。

皆さん、体が温まり、気持ちもほわっとしたとの感想をいただきました。

「マルマポイントセラピー」と「優しく体に触れて癒す」も簡単で優しく心と体が整う素晴らしいツールなので、皆さんに使って欲しいと思います。

活動としては、

- ・人権センターのヨガクラス・風早地域センターのヨガ講座
- ・安芸津生涯学習センターの万葉ホールでのヨガ講座
- ・研修室304のヨガクラス・2クラス
- ・木谷センター主催講座
- ・子どもの家まつり準備・当日
- ・みなみサロン「マルマポイントセラピー・ストレッチ指導」
- ・中の村サロン
- ・つばさにて「タッピングタッチ」体験
- ・キッチン花配食手伝い
- ・マッキーはうす
- ・安芸津の縁を結びたい！打ち合わせ会議
- ・赤崎サロン「マルマポイントセラピー」体験

◎今月お会いした方（延248人）ありがとうございます！

☆1月のマッキーはうす☆

11日（木）、14:00～15:30（通常第1木曜日ですが1月は第2になります）

「マルマポイントセラピー」

「VIM体操」（痛みの軽い方・違和感の少ない方にアプローチして痛みを軽減する体操）

の予定です。お時間合う方お越しください。

・ヨガをご希望の方もまだ多少余裕ありますのでご相談ください。

回覧

協力隊通信

安芸津町

発行：令和5年11/1 vol.38

12月号



浅田 真紀子

asada makiko

活動テーマ
健康促進

