

協働で広がるヨガの輪

多様な団体と協力し、誰もが安心して参加できる
ヨガの場づくりに取り組んでいます。

① パーキンソン病友の会 【パーキンソン病定例会 椅子ヨガ】



- 毎月の定例会で椅子ヨガを実施
- 症状に配慮した安全なプログラム
- 健康維持と交流をサポート



② 岡山県視覚障害者協会 【視覚障害者センターでのヨガ】 岡山県視覚障害を考える会 【広報で協働】



- 視覚障害者センターで毎月開催
- ガイドヘルパーや家族と連携
- 安心して継続参加できる環境づくり



③ 岡山県肢体不自由児者福祉協会 ・ますかつとの会

【早島体育館での研修ヨガと、ヨガと食育の会】



- 早島体育館での研修ヨガを実施
- ヨガと食育を通して、本人と家族の学びと交流を推進
- ボランティア・サポーターと協働した運営



④ 社会福祉法人 弘徳学園 【東山公民館 ばる・ヨガ】



- 地域の公民館で定期的に開催
- 地域住民も参加し交流を促進
- 障がい理解とつながりを育む場に



ヨガを通して、心と体の健康づくりと、あたたかなつながりを広げています。
今後も、さまざまな団体・地域と協働し、活動の輪を広げていきます。