

ふらっと☆ 輝くママの会

10月号
Letter

ごあいさつ

朝夕の空の色や、肌を触れる風に、
どことなく季節の移り変わりを感じる頃となりましたね。
健康講座で体を動かし、ハンドメイド講座で物作り、
癒やしの会では心と体の癒やし
ご一緒出来る事を楽しみにしています。



ふらっと☆輝くママの会は

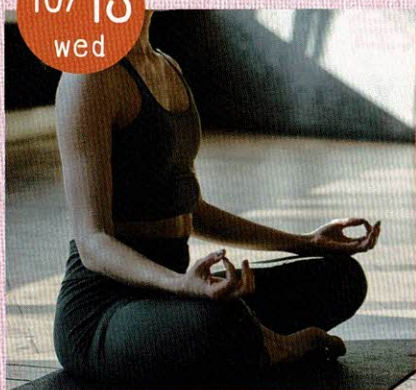
◎ふらっと行ける ◎フラット(平等)

の二つの意味を持っています。



10/13
wed

ヨガ体験



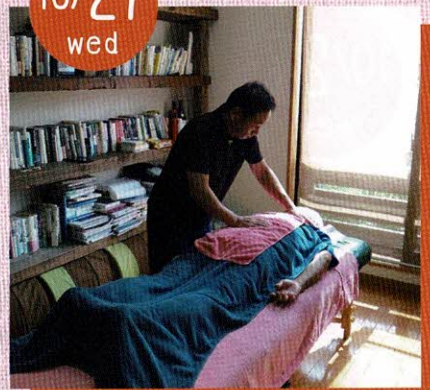
10/22
fri

蜜蝋(ミツロウ)ラップWS



10/27
wed

心と体の癒やし



☆詳細は裏面をご覧ください

この事業は福島県県外避難者帰還・生活再建支援補助金で運営しています

【繋がる輝こう 福島～山形を結ぶ交流 相談・見守り事業】

ふらっと☆輝くママの会

代表 吾妻 ひろ美 090-2888-5876
副代表 佐藤 弘美 090-4886-1765

WEB flatshinemama.wixsite.com/-site

E-mail flat.shine.mama@gmail.com

FACEBOOK



www.facebook.com/flat.shine.mama/

LINE



@185jvorv

【新型コロナウイルス感染症への対策】

●3密を避けるため、こまめな換気と人数制限をしております。 ●マスクの着用、手指の消毒、体調確認のご協力をお願いしております。

10月のイベント

10/13
wed

ヨガ体験 & 交流・相談会 要予約

【内容】オリジナルメソッド ヨガ体験



日時 10月13日(水) 10時~15時
10時~12時 ヨガ体験
12時~15時 交流・相談会

場所 蔵王みはらしの丘 はらっぱ館 山形市みはらしの丘2-32

講師 さとう式リンパケア space喜流 伊藤圭子 **定員** 12名(要予約)

対象 ◆山形に避難している方 ◆避難後、帰福した方

参加費 500円 ※避難者以外の方の参加も可能です(一般参加費2,000円)

10/22
fri

蜜蝋(ミツロウ)ラップWS & 交流・相談会 要予約

【内容】蜜蝋を使ったエコラップ作り



日時 10月22日(金) 10時~15時
10時~12時 蜜蝋ラップ作り
12時~15時 交流・相談会

場所 蔵王みはらしの丘 はらっぱ館 山形市みはらしの丘2-32

講師 H&H **定員** 15名(要予約)

対象 ◆山形に避難している方 ◆避難後、帰福した方

参加費 500円 ※避難者以外の方の参加も可能です(一般参加費2,000円)

10/27
wed

心と体 癒やしの会 & 交流・相談会 要予約

【内容】揉みほぐし(施術)される事により、心と体の癒やしの提供。体の不調を整え、心も体もリラックス



日時 10月27日(水) 10時~15時
※10時~15時まで別室にて交流・相談会開催
※リラックスできる服装でお越しください

①10:00~ 2名	④12:20~ 2名
②10:40~ 2名	⑤13:00~ 2名
③11:20~ 2名	⑥13:40~ 2名

※時間変更あり

場所 蔵王みはらしの丘 はらっぱ館 山形市みはらしの丘2-32

施術者 ◎ボディケア・アテン ◎かさセラピー Pure

定員 12名(予約枠①~⑥からお選び、ご予約ください)

対象 ◆山形に避難している方 ◆避難後、帰福した方

参加費 500円

お申し込み・お問い合わせは 表面の電話番号・メール・LINE・Facebookにて受付しております

11月の
予定

- 11月9日(火) 健康講座(正しい知識を知ろう)
 - 11月16日(火) ハンドメイドworkshop
 - 11月25日(木) 心と体癒やしの会(揉みほぐし)
- ※事前予約も受付しております