

## 認定ヨーガ療法士会埼玉 ボランティア活動報告

- 【日時】 2013年6月26日(水) 11:00~12:00 小雨  
【場所】 埼玉県旧騎西高校(双葉町の避難所) 喫茶店オリオン 自治会(幾田氏)と共催  
【参加者】 3名(男性1名、女性2名) [避難者は約120数人、でも実際はもっと少ない様子]  
【実施者】 金沢光子・平塚次男 【報告者】 平塚次男

【状況】 15分前に到着。今日は小雨。  
早速、生徒会ホールの喫茶店オリオンに。ポスターを貼ってしてくれた。更に自治会の幾田さんが放送を依頼してくれた。

【内容】 アンチエイジング・ヨーガ 立位・座位(金沢)  
呼吸法・瞑想(平塚)

### 【参加者の様子】

初めての人が多く。基本的な質問も。アクロバットのヨーガを想像していた人もいた。

### 【参加者の感想】

「気持ち良く、リラックスできた」

### 【実施者の感想】

・参加者が熱心にヨーガされていた。興味を持ってくれた。

### 【茶話会の話】

- ・抹茶をご馳走してくれた(感謝)。
- ・6月17日に町役場と社会福祉協議会の機能が福島県内に移転(数人は残っている)。「今いる人は120数名だけど、実際はだいぶ少なくなってきた」という。高齢者が多い。駐車場もころなしか車が少ない。喫茶店の利用も少ない。
- ・「ヨーガ療法をアクロバットのものと誤解している人がいるので、詳しく説明した文章も書いてほしい」の要望あり。7日以内にポスターと一緒に送付予定。
- ・次回7月24日(水) 11時~12時実施予定。

