

認定ヨガ療法士会埼玉 ボランティア活動報告

【日時】 2013年10月23日（水）10：30～11：30

【場所】 埼玉県旧騎西高校（双葉町の避難所）喫茶店オリオン 自治会と共催

【参加者】 4名（女性4名）

【実施者】 金沢光子・平塚次男 【報告者】 平塚次男

【状況】 駐車場に着くと驚くほど車が少なくなっていた。現在この避難所には30人ほどしか残っていないらしい。その内25人はアパート（9月からアパートの紹介がやや強制的に行われていた）も決まり数日の間に移る予定とのこと。

同ホール内にあるもうひとつのNPO運営の喫茶店では、今朝11月9日までに出るようにと撤去命令があったらしいが、それも正式かどうかはわからないようだ。

今回はこんな慌ただしくたいへんな状況の中に訪れた。もしかしたら今回が最後になるかもしれない。

【内容】 アンチエイジング・ヨガ（金沢）

【参加者の感想】

「頭が重かったのがスッキリした」「1人になってもやれるね」「体が軽くなった」「紙に書いて毎日やりたいです」家でもやりたいと真剣に覚えようとしていました。

【実施者の感想】

はじめはお話をただ聞かせていただきました。ストレスが多く気分や体調もすぐれないようでした。短時間の実習になりましたが、今までで一番集中してやっていただけたと感じました。終了時参加者の表情が緩み明るくなり、参加者自身も効果を実感されたようでした。

【今後】

・旧騎西高校の福島県双葉町の避難所は大きな岐路にあるようです。生徒会ホールの喫茶店に撤去命令も出ているようなので、その場合はヨガ療法の実施場所がなくなるため、埼玉の被災者支援のヨガ療法ボランティアも終了する可能性が大きくなりました。自治会のAさんが交渉すると話していますので、その交渉結果で判断したいと思います。

（可能なら次回11月20日（水）10時30分～11時30分 *11月上旬決定）

