

摂食障害当事者・経験者のためのピアサポートサロン

自助グループ ゆっくり

特別編

みんなで楽しく、ヨガにTry！
ヨガ体験(60分)と、お話し会で交流しましょう

令和8年 3月21日(土) 13:45~15:45

会場 福井県生活学習館3階 フィットネスルーム

講師

対象

参加時のお願い

- * ゆったりとした服装
- * 飲み物（水分補給のため）
- * 寒さが気になる方は、ブランケット持参（ヨガマットは、会場にあります）

摂食障害の当事者、経験者(女性限定)

.....

春休み中の学生さんの参加もお待ちしております。

（未成年の場合は、保護者の同席も可能）

.....

佐々木 夏歩 さん

心身の調子を崩した(摂食障害)時に、ヨガと出会い、練習を重ねていくうちに健康を取り戻しました。それ以来、ヨガの魅力にはまり、学び続けています。

サロンの
お申込み



参加費：無料 定員：10名

自助グループ ゆっくり

摂食障害の当事者・経験者が主体となって活動をしています。孤独や孤立を防ぐための人と人との繋がりを大切に、誰もが生きやすい、あたたかい社会になることを願っています。

・・・活動・・・
自助ミーティング・居場所づくり
家族会（バンビの会）・個別相談
講演会・勉強会・啓発活動(マゼンタリボン運動)など
・・・事務局・・・
TEL 080-6621-3580



主催：（公財）ふくい女性財団 / 自助グループ ゆっくり

■お申し込み／お問い合わせ■

ふくいウイメンズ・オアシス

（運営：公益財団法人ふくい女性財団）

福井市下六条町 14-1 福井県生活学習館 2 階

TEL 0776-89-1008 Mail w-oasis@f-jhosei.or.jp



チャイルドルーム
のお申込み
(要予約)

[料金]300 円/人
[対象]生後6ヶ月～6才

