

長野県 信濃町&高山村 移住相談会

やさしい
移住したい女子のための
ヒーリングヨガ茶会

女性限定
参加無料

2019.11.24 SUN.

16:10 ~ 18:40 (開場 15:50)

■ 東京オフィス 2019 年第 533 回ふるさと暮らしセミナー

■ 主催 長野県信濃町・高山村 / 共催 認定 NPO 法人ふるさと回帰支援センター

写真撮影地：野尻湖

水の音や虫の声に癒されて…都会の真ん中で田舎暮らしを疑似体験

自然豊かで都心へのアクセスも良い、信濃町&高山村での暮らしに触れてみませんか？
移住について知りたい方、田舎暮らしに興味を持つ人と情報交換したい方など、皆さまお気軽にご参加ください。

会場 ふるさと回帰支援センター 4 階
東京都千代田区有楽町 2-10-1 東京交通会館

定員 20 名 (事前申し込み制)

- 内容**
- 信濃町・高山村の紹介
 - 森林体験?! ヒーリングヨガ (約 40 分)
※ ヨガマットはご用意しております。動きやすい服装でお越しください
 - お茶をしながら♪交流会・個別相談会
※ 交流会・個別相談会のみへの参加をご希望の方はご相談ください

お申し込み

- ・ 右の QR コードを読み込んで、スマホから簡単申し込み>>
- ・ 電話またはメールでのお申し込みは、下記へご連絡ください

【長野県 信濃町 総務課定住促進係】

TEL: 026-255-1007 Email: teiju@town.shinano.lg.jp



GUEST
ヨガ講師

あねがわ くみこ
姉川 久見子 さん



全米ヨガアライアンス (RYT200) 修了
PFA ピラティスベーシック・アドバンスコーチ

高山村で、子どもから大人まで、多くの人に
体を動かす楽しさ、心とカラダを整える大切
さを伝えています。ワイナリーの外で行う朝
ヨガも好評で、村外からも参加者が訪れます。