

親子でわくわくつながる場

集まれ! 冒険者!

こども
プログラム

参加費
無料

宝探し謎解き アドベンチャー

宝の地図を片手に、伝説の宝箱を探し出せ!

11/8(土) 11/30(日)

小高交流センター
(南相馬市小高区)

まざらっせ
(楢葉町)

時間 10:00 ~ 13:00 参加費 無料

対象年齢 年長~中学生 こどもプログラムのみでも
ご参加いただけます。

申込方法 公式LINEよりお申込みください。
(事前予約制)

対象 12市町村(※)在住の方
※田村市、南相馬市、川俣町、広野町、楢葉町、
富岡町、川内村、大熊町、双葉町、
浪江町、葛尾村、飯館村

参加費 無料

定員 **20** 名様
(先着順)

お申し込みはコチラから



《詳細はこちら》



《公式LINE》

スタート

- 1 宝の地図とiPad配布
- 2 なぞなぞチャレンジ
- 3 パズルコーナー
- 4 体力チャレンジ
- 5 おにぎりづくり
ミッション
- 6 宝箱発見!

ゴール

おとな
プログラム

リトリート

Retreat

～わたしをととのえる日～

移住してきた方も、地域住民の方も、みんなが笑顔でつながる親子交流イベント！

お父さんとお母さんは**ヨガ&アーユルヴェーダ**で心と体をリフレッシュ。

子どもたちは**宝探し・謎解きアドベンチャー**でわくわくした体験が待っています！



講師

COEXISTENCE
WITH THE SKY

葉谷 弘子

Re.yoga Lotus代表。

いわきを拠点に、ヨガと
アーユルヴェーダで心身の
調和を支える活動を行って
おります。

Yoga



ヨガ

呼吸・ポーズ・瞑想で心と体を整える健康法。柔軟性や
筋力を高め、心を落ち着かせる効果があります。

Ayurveda



アーユルヴェーダ

インド発祥の伝統健康法。食事・睡眠・心のバランスを
整え、体質に合った生活で自然治癒力を高めます。

開催日
開催地

11/8[土] 11/30[日]

小高交流センター
(南相馬市小高区)

まざらっせ(榎葉町)

時間

10:00～13:00

参加費

無料

申込方法

公式LINEよりお申込みください。

対象

12市町村(※)在住の方

※田村市、南相馬市、川俣町、広野町、榎葉町、富岡町、川内村、
大熊町、双葉町、浪江町、葛尾村、飯館村

おとなプログラムのみでもご参加いただけます。

見守り保育付き！(0才～3才)

参加費 無料

定員 **20** 名様
(先着順)

お申し込みはコチラから



《詳細はこちら》



《公式LINE》

こどもプログラム

おとなプログラム

当日のスケジュール

親子で
はじめまして

みんなでヨガ
(30分)

宝探し謎解きアドベンチャー
(60分)

ヨガ&アーユルヴェーダ
(60分)

みんなで交流会

試食

アーユルヴェーダ
食体験

今後のイベント日程 (どの回からでもご参加いただけます)

時間は全日 10:00～13:00

2025

② 11月 8日[土] 小高交流センター(南相馬市小高区)

③ 11月30日[日] まざらっせ(榎葉町)

④ 12月13日[土] 地域交流センターふれ愛館(飯館村)

2026

⑤ 1月17日[土] まざらっせ(榎葉町)

⑥ 2月 7日[土] 小高交流センター(南相馬市小高区)

⑦ 2月15日[日] まざらっせ(榎葉町)

主 催:福島県、ふくしま12市町村移住支援センター 協力:一般社団法人Switch

お問合せ:株式会社dreamLab mail:dreamlab20151119@gmail.com

株式会社dreamLabがふくしま12市町村移住支援センターから委託を受けて運営しています。

