

～やりたいことを やっていい～

みなさんは、自分らしい生き方について考えたことがありますか？

看護師/介護福祉士/ピラティスインストラクターなどの資格を持ち、飯館村にも縁のある宮谷理恵さんをお迎えし、起業のきっかけやその思い、健康に過ごすための生き方など、幅広くお話いただきます。この機会に、自分の人生とゆっくり向き合ってみてはいかがでしょうか。

講師

Rainbow Moon -虹月- 主宰

宮谷 理恵 さん

愛媛県出身。地域中核病院主任兼救急看護（現：クリティカルケア）認定看護師として救急・災害・緊急被ばく医療に関わる指導教育を担当。

震災を機に2015年に福島へ移住、震災後の放射線教育などに関わり、2017年には飯館村役場にて保健福祉業務に従事。その後、健康意識を高め、健康増進や疾病予防を目的に2018年に起業。自宅サロンほか行政機関や住民の集まりなど老若男女幅広い年齢層を対象に、ピラティス教室などを開催している。



日時

2月28日(金) 13:30~15:00

当日は講演のほか、椅子に座ったままできる簡単体操も行います。寒い季節、毎日がんばっている心と身体をほぐしてあげましょう。



会場

飯館村交流センター「ふれ愛館」ホール

〒960-1801 福島県相馬郡飯館村草野字大師堂17

申込方法

電話・FAXまたはメールで、氏名・住所・連絡先をお知らせください。（定員50名／参加無料）

申込・問合せ

飯館村教育委員会生涯学習課（飯館村交流センター）
TEL：0244-42-0072 FAX：0244-42-0860
Mail：kouminkan@vill.iitate.fukushima.jp