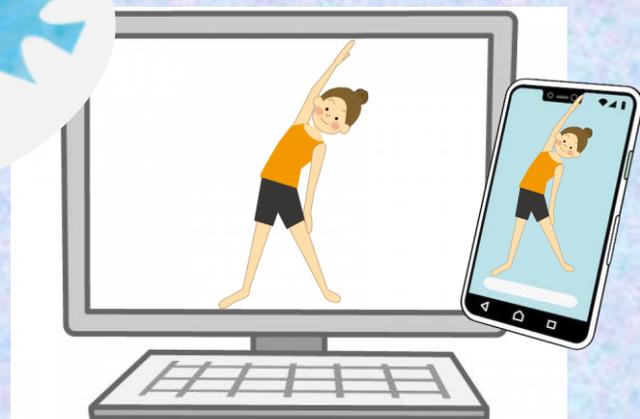


# 第73回 未来茶輪

ミライカフェ



こんなときこそ、身体を動かそう♪  
～お家でできるエクササイズしましょ～

新型コロナウイルスが流行して、緊急事態宣言も出され、みなさま外出は自粛していらっしゃるかと思います。でも、孤立化してしまいそうな、こんなときこそ

- ・まちづくりに関心のある人とつながりたい！！
- ・今からコロナが去った後にできることを考えていきたい！！

と未来茶輪では、オンラインで開催することにしました。

PCから、スマホから、是非！ご参加くださいませ。(zoomを使う予定です)

オンライン第1回は、まちづくりのためにも健康が第一です。でも、今はなかなか外出しづらいし…ということで、今回の未来茶輪はお家でできる健康体操を「リメディアルセラピー」のサロンを主催している山本香代さんに教えていただきます。

これで、健康はバッチリ？です。

\*今回は、参加申し込みくださった方にアカウントをお知らせします。Facebookでも、直接でも！お申し込みくださいませ～

【日時】 2020年4月22日 (水)  
18:30～20:00  
(少し長くなるかも)

【会場】 オンラインにて  
(アカウントは後日お知らせします)

【参加費】 無料

【主催】 未来茶輪マスターズ  
【共催】 名古屋都市センター

【ゲスト】 山本 香代さん

## 未来茶輪って何??

- ・多様な関心を持った人々が、コンヴィヴィアル(わくわくドキドキ)な場で出会い、多彩なテーマで、対話や交流をしながら、金山からミライに向けて新たなコトを興していきたい。
- ・参加者が、未来志向で、前向きに関わりながら、創発的に進めていきたい。

そんな場になることを目指して  
毎月1回オープンしています。

お誘い合わせでの  
ご参加大歓迎です♪  
ぜひお気軽に覗きに  
来てみて下さいね

★ご自宅で、飲みながら食べながら  
ゆるゆるとつながっていきましょう。