

# ふらのコミュニティレポート

FURANO COMMUNITY REPORT



▲美瑛を拠点に活動する講師の武田ミカさんから指導を受ける参加者。子育てママを中心に50人が参加。

banana club

## 子育てママっ子。ばななくらぶ



大人気！子育てママの自主企画。  
ヨガで心も体も元気に

11月28日、文化会館で「リラックソヨガ初心者講座」が行われ、遮光された会場に癒しのメロディが流れ、主婦や子育てママら50人が「大きく吸ってー…リラックスー…」のかけ声に合わせてヨガを体験しました。

主催は、仲良し子育てママグループ「子育てママっ子・ばななくらぶ（齋藤美和代表）」の講座は、教育委員会主催の市民が自ら企画・実践する「自主企画講座」の一つ。2カ月間に渡り5回行われた講座は、子育てママも気軽に参加ができるように託児を設け、定員を大きく上回る盛況ぶりでした。美瑛を拠点に活動する講師の武田ミカさんは、「ママが元気になると家族が元気になる。まず自分が元気になってほしい」と話します。

講座を企画。また、「みんな結婚・出産以前までバリバリ仕事をしていた人たちなので動きも早いし、チームワークも抜群ですよ」と楽しみながら活動をしています。

託児は、齋藤代表が子育て講座で知り合った年配の女性ボランティアアらが行っており、ボランティアの一人は、「孫やひ孫のようで楽しいのよ。少しでもママたちの手助けになれば」と世代を超えて関わり合います。

反響の大きかったこの自主企画講座を足掛かりに1月からは、自立してヨガサークルとして活動するそうです。齋藤代表は、「まずは、このエネルギーを感じてほしい」と話していました。

