

令和7年度 福島12市町村つながりづくり支援事業

親子でわくわくつながる場

参加費  
無料

つくる 売る 買う  
たの たいけん  
楽しく体験できる!

こども  
プログラム

パン屋さん

お菓子屋さん

# きっず お仕事カフェ

～自分の店をオープンさせよう!～

2026

1/17 土

まざらっせ  
(檜葉町)

2/7 土

小高交流センター  
(南相馬市小高区)

2/15 日

まざらっせ  
(檜葉町)

時間 10:00～13:00

定員 各日15名

先着順!

対象年齢 年長(5歳)～小学生(12歳)

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、檜葉町、富岡町、川内村  
大熊町、双葉町、浪江町、葛尾村、飯館村

お申し込みはコチラから!



《詳細はこちら》



《公式LINE》

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**きっずお仕事カフェ**でわくわくした体験が待っています！



【講師】

穂谷 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。

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。

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

1/17[土]

まざらっせ  
(檜葉町)

2/7[土]

小高交流センター  
(南相馬市小高区)

2/15[日]

まざらっせ  
(檜葉町)

見守り  
保育付き！  
(0才～3才)

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、檜葉町、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。

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

きっずお仕事カフェ  
(90分)

ヨガ&アーユルヴェーダ  
(90分)

みんなで交流会

試 食

アーユルヴェーダ  
食体験

■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

■お問い合わせ／株式会社dreamLab TEL:080-5226-6750 対応時間:9:00～19:00

対応時間:9:00～19:00 E-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。

