

1月26日(金) 10:00 ~ 12:00 頃

## 半日森林セラピー

※小雨決行

森林セラピーガイドと一緒に手軽に森を満喫しませんか？(2キロ程度)  
冷えて縮こまったカラダを温めましょう！

- 場所** つづら棚田駐車場 (浮羽町新川 3110)
- 料金** 2,000 円 / 1 人 (森林セラピーガイド料込み)
- 持物** 飲み物、タオル、雨具、帽子、敷物
- 服装** 長袖、長ズボン (虫刺されや草まけ予防)、履き慣れた運動靴

※最少催行人数：3 名



予約方法 (1 週間前まで受付)

QR コードまたはお電話にて  
うきは市癒しの旅先案内人協会  
☎ 080-2714-6065



2月6日(火) 10:00 ~

## はじめてのおひなさま 大集合

～ 「お雛さまと一緒にの記念写真」 撮影会～

おひなさまめぐり実行委員会では、初節句を迎えるお子さまをお雛さまと一緒に写真撮影を行い、お祝いをする「はじめてのおひなさま 大集合」を今年も開催します。多数の応募をお待ちしています。

- 内容** ①集合写真を撮影し「広報うきは」の表紙に掲載  
②個人写真を撮影し、写真と記念品をプレゼント
- 場所** 観光会館「土蔵」(吉井町 1043-2)
- 対象** 今年、初節句を迎える女の子 (限定 10 組、抽選)

※お子さまは着物姿でお越しください。  
着物を準備できない場合はご相談ください。

参加  
無料



申込み・問合せ

1月7日(日) ~ 19日(金) 17時まで  
観光会館「土蔵」  
☎ 76-3980

詳しくは「うきは市観光サイト」へ▶



2月3日(土) 10:30 ~ 12:00

## 男だらけのパワーアップヨガ教室

男性のあなた、心と体をゆるめる技術を学びませんか？ヨガは、心身を鍛えダイエットできるだけでなく、心身のリラックスにも有効です。また、運動のパフォーマンス向上のためのスキルも学べます。みなさま、奮ってご参加ください。

- 内容** 初心者向けヨガ教室。スポーツをされている方向けの運動能力向上のためのヨガも学べます。
- 場所** るり色ふるさと館2F 研修室 (吉井町 983-1)
- 対象** どなたでも (男性優先)
- 定員** 15 名 (先着順)

※無料託児あり (4ヶ月～就学前まで) 要予約

参加  
無料

受付開始

1月4日(木) 9:00 ~

講師 平井 大輔 先生  
(ヨガインストラクター)

申込み・問合せ

男女共同参画センター だんだん  
9 ~ 17 時 休館日：水・日・祝日  
☎ 77-2661 mail : danjo@city.ukiha.lg.jp

