

第11回

いきヨウヨウ講座「ミュージアム・ヨガ」

アート  
と  
ヨガで

心と体を  
すこやかに

2026年

3月16日(月) 13:30~15:30 (受付は13:15~)

福岡市美術館 (アートスタジオ、2階展示室)

毎年3月に福岡市美術館が開催する、65歳以上の方へ向けた「いきヨウヨウ講座」。今年も美術館の展示空間で作品を鑑賞し、心身をリフレッシュするプログラム、「ミュージアム・ヨガ」を行います。イスを使ったヨガで、初めての方でも安心してご参加いただけます。アートとヨガで、心と体をすこやかに整えましょう！

**講師** 中村英子、松村栄子 [Yoga 輝 (HIKARI)]

**対象** 65歳以上の方 (身体に負荷の少ない、イスをつかったヨガを行います)

■定員: 20人程度 (事前申込制。応募多数の場合は抽選となります。)

■参加費: 無料 ※当日は、休館日となるためプログラム実施エリア外での活動は行いません。鑑賞の時間もありますが、コレクション展全体の観覧は行いませんので、ご了承ください。

応募方法: メール、往復はがき、またはFAXにてお申込みください。

締切: 3月8日(日)必着

応募は裏面を  
ご覧ください



福岡市美術館  
FUKUOKA ART MUSEUM

当日は動きやすい服装でご参加ください。  
持ち物：タオル、水分補給できるもの(参加者には改めてご案内いたします)。

## 応募方法：メール、往復はがき、またはFAXにてお申込みください

- ・代表者と参加者全員の氏名、年齢、代表者の電話番号、メールアドレス(ハガキの場合は住所)をお書きのうえ、件名を「いきヨウヨウ講座」とし宛先までお送りください。※体に動かしにくい箇所があるなど、体調に関して特記事項があればお知らせください(FAX申込の場合は応募者氏名の右側、備考欄に記入してください)。
- ・応募は1通につき3名まで。締切の翌日以降に、代表者全員に当落のご連絡をいたします。

### 【宛先】

往復ハガキ：〒810-0051 福岡市中央区大濠公園1-6 福岡市美術館「いきヨウヨウ講座」係

メールアドレス： workshop-fam@city.fukuoka.lg.jp

応募FAX送信先： 092-714-6071(代表)

締切：3月8日(日)必着

応募用メール  
QRコード



# FAX申込書

送信先

# 092-714-6071

代表者氏名

備考

年齢( )

代表者Tel.

メールアドレス(メールでの当選連絡が可能な場合記入)

応募者氏名(代表含め3名まで)

備考

年齢( )

応募者氏名(代表含め3名まで)

備考

年齢( )

その他通信欄

### 【お問合せ】

福岡市美術館  
学芸課  
教育普及係

〒810-0051 福岡市中央区大濠公園1-6  
TEL.092-714-6051(代表) FAX.092-714-6071  
<http://www.fukuoka-art-museum.jp>