

有形文化財である ヨガ体験会 2026

主催：玉穂会 / 後援：山梨糖尿病協会

イベントのポイント

- ヨガインストラクター（眼科専門医・糖尿病療養指導医）による丁寧な指導
- 初心者から経験者まで楽しめるプログラム
- 国登録有形文化財の歴史や文化に関する解説付き
- 糖尿病（DM）のある方、膝や腰に不安がある方への配慮があります

開催概要

日時 2026 年 9 月 26 日土曜 13:10~15:00

【場所】旧加茂内科醫院（南アルプス市小笠原 255-1）

【参加費】無料【定員】ヨガ：先着 7 名 / 文化財見学：10 名

【持ち物】ヨガマット、動きやすい服装、飲み物（水、低血糖対策のジュースなど）、タオル
ヨガ同意書（申し込みされた方にはお送りします。サインしてお持ちください。）

プログラム

講師：加茂純子（ヨガインストラクター RYT200 / 眼科専門医 / 糖尿病療養指導医）

第 1 部：有形文化財の解説（13:10～）

会場：1F 待合室（※はしご状の急な階段があります）

第 2 部：初心者のためのヨガ（13：30～14:30）

内容：会長挨拶、ヨガ体験 1 時間 あと残れる方は座談会@2F 15:00 閉会

お申し込み方法 以下のフォーム、またはメールにてお申し込みください。

<https://forms.gle/jZQ4eNcmhZZeLLHPA> または owner@mayeyeclinic.com



駐車場・アクセス情報

【駐車場のご案内】

1. 噴水のある公園の駐車場（5-6 台 / 加藤花屋北）
2. 南アルプス市役所駐車場（多数利用可）
3. 旧加茂内科醫院 前庭（2 台）

山梨交通バス アクセス情報

【甲府駅から会場まで】乗り場：甲府駅バスターミナル ① 番乗り場

- 系統：43 系統（十五所）フォレストモール行き
- 時刻：甲府駅 12:27 発 → 小笠原バス停 13:06 着

【甲府駅方面（お帰り）】

- 小笠原バス停からの便：15:49 通過：43 系統 甲府駅方面行き
- 15:54 通過：42 系統 県立中央病院方面行き
- ※バス停から会場までは、下りは徒歩 2 分（加茂家より南 90m）上りは徒歩約 3 分（南へ 190m）です。