（様式第３号）

いこまSDGsデリバリー　プログラム一覧

プログラム番号	プログラム提供会員名	プログラム名	プログラム内容	該当するSDGsの目標	対象	定員	所要時間	参加費	参加者の準備物	その他
1	サントウシャ	呼吸するまち、生駒	生駒市の竹や茶筌文化を活かし、青竹踏みで足底感覚を高めてからヨガを行うSDGs体験型プログラム。自然とのつながりや地域資源を感じながら、心身と社会の循環を整えます。		50代～70代の健康意識が高い女性（地域コミュニティや自然に関心あり） 高齢者施設・介護予防事業の関係者（転倒予防や感覚刺激に着目） 教育・福祉関係者（SDGs教育や地域資源活用に関心がある人） 親子・ファミリー層（親子体験イベント・竹を使ったワークショップに関心あり） ヨガ・ウェルネス指導者層（新しいテーマでの講座企画を探している人）	実施場所のスペースに合わせられます。	30分～90分受講者に合わせらます。	企画ごとに考慮可能です。	可能であれば各自ヨガマット。動きやすい服装。	