

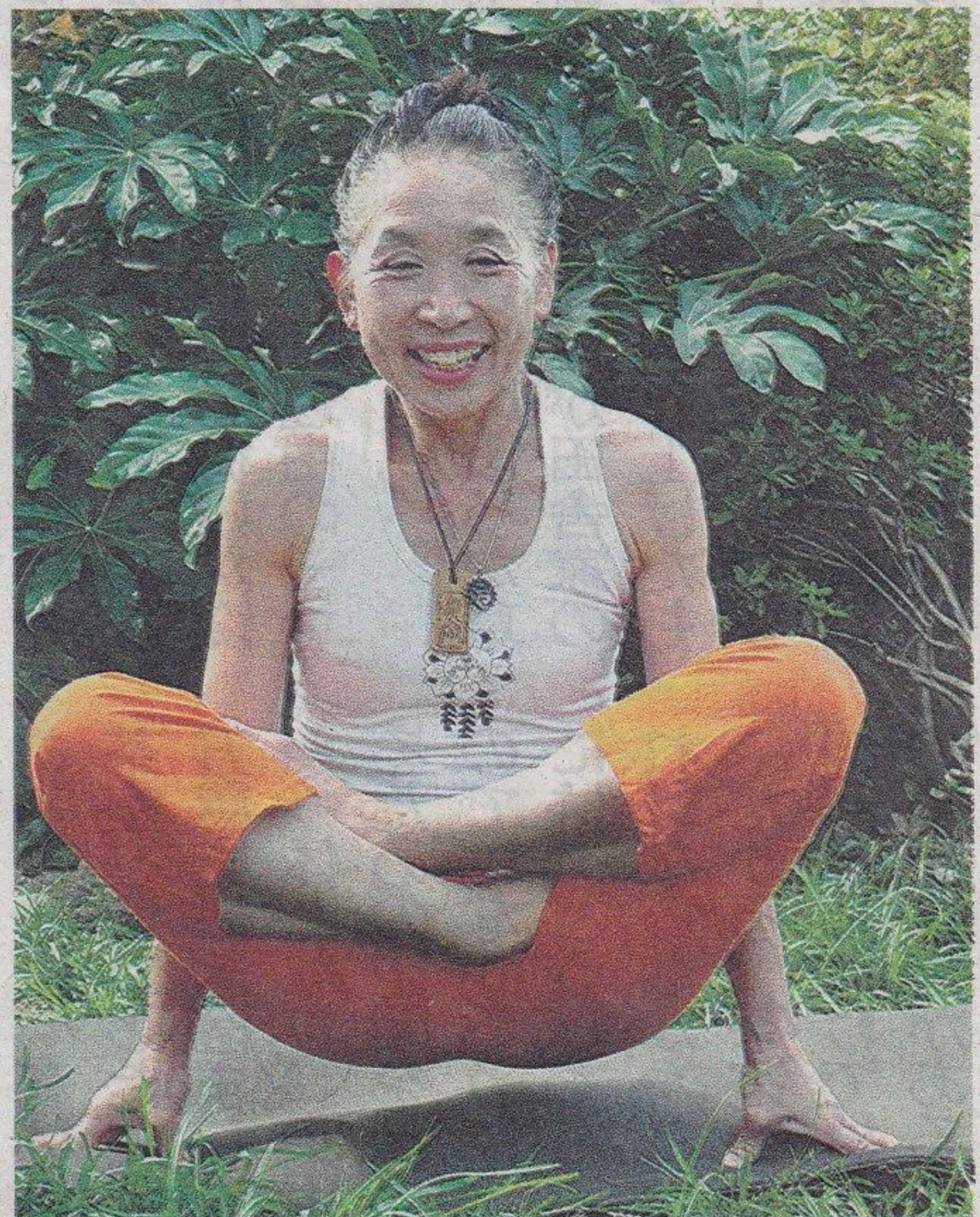


2014. 12. 4

「ヨガは私の生き方、生きる道そのもの」。県内外で指導し、忍者の精神や動きを取り入れた忍者ヨガも考案。寺や神社で実践するなど幅広く活動する。

ヨガとの出会いは二十七歳の時。双子の男の子の育児の真っ最中だった。本屋でテキストを見た。だが本だけでは十分に理解できない。偶然、ヨガを紹介するテレビ番組を見ると、すぐにテレビ局に電話。出演していた講師の道場が京都にあ

県内外で指導 堀川 郁子さん(57)



ると知り、育児の合間に楽しめた」という育児も向かった。 終え、「今年からおばあ

三十二歳の時には夫のちゃん役も増えた」と話す。「全て学びと考えてり、海外での子育てや海にいる。生活全てがヨガ。外駐在員の妻としての経験も積んだ。帰国後は整役目を全うしたい」

体師などの資格も取得。今年夏、母親が転倒して入院したのを機に、ヨガと足つば療法などの東洋医療を組み合わせ、ベッドの上でできるリハビリヨガの考案や多くの健康と美を追求する。

「双子だから五倍以上 人に向けた魅力発信など

探究心は尽きない。伊賀市緑ヶ丘東町。

生活全てがヨガ

(中山梓)

「ヨガは私の生きる道」と話す堀川さん＝伊賀市内で