



木嶋 祥恵 さん

きじま さちえ / 昭和60年生 / 通9区
山口ながと漁業協同組合勤務

毎日がんばっています

「熱血・新鮮力」

※仕事は 4月から山口ながと漁協本所で働いています。5月に共済課に配属となり、上司からいろいろな仕事を教えてもらう毎日です。共済関係の専門用語が多くて大変ですが、毎日がんばっています。

※気をつけている事は 早く組合員の顔と名前を覚えるように努力しています。

※趣味は 昔から絵を描くことが好きです。暇なときに身の回りのものや興味のあるものを題材にイラストを書いています。

※どんな長門に のんびりしている街が好きなので、無理に都会のようにならないでこのままの長門であってほしいと

※好きなタイプは 自分がのんびり屋さんなのでのんびりした人がいいです。結婚はそのうち機会があれば…

※やってみたい事 ペットが飼いたいですね。犬、それも大型犬がいいな。

※自由に一言 できるだけ早く仕事を覚えて、自分一人で仕事できるようにになりたいです。



現在、ほつちやニュースの前に放送されている「ころばん体操」。テレビの前で一一緒に体操をしていこうか。

ころばん体操は、市が独自に転倒骨折予防として考案したもので、脚筋力やバランス能力、柔軟性などを高めることにより、転倒による骨折を防ぐことを目的としています。また、市民のみならず、ころばん体操を生活習慣に取り入れてもらおうと市と在宅介護支援センターの職員が市内各地に出向いて体操の普及啓発活動を行っています。

「誰もが無理なく楽しく続けてできるものにしたかった」と話すのは三戸健康増進課長。「幅広い年齢層に親しんでいただくため、

ころばん体操で転倒予防
—ちよつと小耳に—



長門市役所健康増進課
在宅介護支援センター

連絡先 ☎ 23-1133 (市保健センター)



熟年層スポーツ教室 (5月19日)