



かわちながの 働ライフ

KAWACHINAGANO HATA-LIFE

河内長野市で働く若者の仕事と暮らし

16

楽しく通えるレッスンを目指しています

ウェルネスフォレスト三日市の北野 芽衣さん

様々な運動・文化施設を運営する株式会社東大阪スタジアムに入社して4年目、ウェルネスフォレスト三日市に勤務する北野芽衣さん。
学生時代は中学から大学まで陸上一筋の北野さん。駅伝では全国大会に何度も出場するなど活躍していました。また生涯スポーツにも関心があり健康運動指導士の資格を取得好きなスポーツと資格をいかして仕事をしたいとの思いから同社に入社を決めました。

入社後はフロント業務やデスクワークが中心でしたが、3年目からはスイミングのクラスも担当しています。小さな子どもを受け持つことが多いため、水を怖がる子をいかに慣れさせていくかを第一に考えるとのこと。「すぐに水の中に入らずプールサイドで遊びながら、ひとつずつでもできることを見つけ、水に慣れさせていきます。焦らず、子どもが自らやりたいと思う気持ちを引き出すことが大切です」と

力を込めて語ります。
また、レッスン前には更衣室へ出向き、子どもの体調やその日の様子を確認したり、保護者との会話も大切にしています。「子どもたちが泳げるようになってほしいのはもちろんですが、楽しんで来てもらえることが一番です」と笑顔で話す北野さん。今後は、幅広い年齢層の方が運動を通じて健康になれるようなイベントや教室を企画していきたいと熱く話していました。



取材協力

河内長野市立健康支援センター
ウェルネスフォレスト三日市
(株式会社東大阪スタジアムが運営)

三日市町32-1フォレスト三日市3F ☎ 62-1919

多彩なマシンとレッスンで、本格トレーニングができるジム、豊富なプログラムをご用意したプールやスタジオもあります。また、ジュニアスイミングスクールも実施しています。市民のみなさまの「健康」と「快適」のサポートを提供します。



大好きな音楽グループのライブでストレス発散

休日は友達ちと食事に行ったり、パン屋さん巡りをしています。アイスクリームなど甘いものも大好きです。また、年に4、5回は学生のころから大好きな音楽グループのライブへ行って一緒に盛り上がりストレスを発散しています。市外から引っ越してきたので河内長野のことはまだよく知らないのですが、会員さんが教えてくれた河内長野シティマラソンに今年初めて参加し、10km女子部門で2位になりました。入社してからほとんど走っていませんだったので、これをきっかけにまた走っていきたいですね。

