



自発的な活動 につなげたい

盛岡市・菅野さん

(株)第一興商のグループ会社・北東北第一興商社員の菅野真里美さん(30) 〓盛岡市。菅野さんは、NPO法人・国連の友Asia

―Pacificが被災地で展開する音楽健康教室に「音楽健康指導士」として毎回参加し、何度も気仙入りしている。

音楽健康教室は、被災地で問題になっていくという生活不活発病の予防と改善を主な目的としており、2カ月に1回、資格を持つインストラクターがカラオケを活用して開催。音楽健康教室は気仙

では昨年2月に始まったもので、菅野さんもインストラクターとしてこれまで10回すべてに参加。ジャンケンやカラオケなど、インストラクターと参加者が一緒に楽しみながら健康づくりに励んでいる。

「最初は、何をやればいいのか分からなかった」という菅野さんだが、今では「ファン」もできるほどに。

「現在はイベント的なものだが、この活動を定期的にいろんな方にやってもらったり、知ってもらったりし、地元の方にも資格をとっていただいて、地域を盛り上げてくれれば。自発的な活動につなげていきたい」と目