

楽しく、元気に、スポーツしよう！



Nスポーツコミッションより、スポーツ情報をお届けします

Nスポーツ人/file No.9

ノルディックウォーキング **森 龍一** さん



※ジョギングやウォーキングも3密を避けて行いましょう！

ノルディックウォーキングをご存知ですか？スキーのストックのような「ポール」を手に持って歩くスポーツです。最近では、街中でもさっそうと歩く方が増えてきましたね！毎週水曜日の18:30～、木曜日の10:30～に「靴スポーツのすま」から「すまのノルディックウォーキング」が発刊します（現在は休止中）。2017年に阿部雅司さんの声かけで始めました。このサークルを運営する「靴スポーツのすま」の森さんによると「毎回10～20人が参加しています。水曜は近隣企業の方、木曜は60～70代の方が多いです。ただ歩くよりも全身運動になるのはもちろん、ポールを使って歩くと楽しいんですよ」とのこと。運動不足解消に始めてみてはいかがでしょうか？サークルやポールの詳細は靴スポーツのすまにお問い合わせください。Facebookページでも情報発信しています。

●阿部雅司が教える【1分でわかる】ノルディックウォーキングの歩き方



「Nスポーツ人」の過去記事を、ウェブサイトで公開しています。「なよろスポーツナビ」から「ブログ」にアクセスを！

- | | |
|----------------------------|----------------------------|
| File.1 八十嶋弘一さん(トライアスロン) | File.5 村中虹介さん(スノーボード) |
| File.2 瀬川瑠奈さん(ウエイトリフティング) | File.6 名寄市役所「BUDDY」(カーリング) |
| File.3 名寄産業高校から世界へ(バイアスロン) | File.7 五十嵐晴冬さん(エアリアル) |
| File.4 竹内すえさん(ゲートボール) | File.8 遠藤和之さん(マサシナイトラン) |

問い合わせ

Nスポーツコミッション事務局
市民文化センター内 ☎01654@2218
✉info.nsportscommission@gmail.com

Nスポーツコミッションでは、名寄のスポーツ情報を発信しています！ぜひ「いいね」やフォローをお願いします！



移住情報をお届け！

名寄にUターン！

今回のコーナーでは名寄に移住された方の声をお届けします。

「大学卒業直前に決めた起業。夢だった居酒屋をオープン」
堀 伸吾 さん



満腹居酒屋くま 経営
1996年生 2019年移住 北海道当別町出身

高校生の時に食に携わりたい、料理人になりたいと思い、名寄市立大学の栄養学科に進学しました。「居酒屋をやりたい」という夢は50代からでもいいと思っており、卒業後は管理栄養士としての就職も決まっていた。ですが4年生の後半、卒業論文や高齢者医療・介護の現場で実習や調査で、精神的に追い詰められてしまい、改めて「本当に自分がやりたいことはなんだろう」という問いにぶつかりました。そして、どう考えても居酒屋をやることしか考えられず、もう50歳まで待つことはできませんでした。

そこからはいろんな人に「居酒屋をやりたい」と相談しました。そんなときに「そこまで覚悟があるなら投資するからやってみなよ」と支えてくれる方たちに出会いました。

名寄なら、知らない土地で始めるよりも、支えてくれる方たちの顔が見えるので、オープン後のイメージができると思いました。オープン時には、フリーペーパーや新聞に取り上げていただき、「こないだまで学生だったんでしょ？」「新聞見てきたよ！」「頑張ってた！」と多くの人に気にかけていただきました。

この店は、母校である名寄市立大学の学生たちが活躍できる店にしたいです。大学生でもいろんなことを考えられるし、できるぞ、ということ町の人たちに感じてもらいたいです。飾っている絵やメニューも大学生に書いてもらいました。今後は学生たちやスタッフと協力してメニューの開発など、いろんなことをやってみたいですね。

※「満腹居酒屋くま」は、新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、当面の間縮小して営業する予定です。

名寄移住ワンストップ窓口

【名寄市移住促進協議会】

☎ 01654③5771(直通)
✉ info@nayoroiju.com
HP <http://nayoroiju.com/>

随時移住相談を承っています！