

さまざまな分野で“がんばる”長崎市民をご紹介します!!

ながさきメーカー

# 長崎maker

今月のmaker NPO法人  
長崎ウェルネススポーツ研究センター

地域住民の健康・体力づくり、さらには活力ある地域づくりに役立つと、運動やスポーツを柱とした事業を、自治体などと協働で行っています。



中高年の健康や体力に関する研究を行っている、長崎大学医学部保健学科准教授の中垣内真樹さんが、大学での研究成果を地域住民の健康・体力づくりに役立てようと、2012年1月に立ち上げたのがNPO法人「長崎ウェルネススポーツ研究センター」です。ウォーキングやランニング、スクエアステップ(指導者のステップを見て覚えて、間違えないようにステップをする)などの運動教室を、自治体や関係団体などと協働で実施しています。



介護予防(身体機能や認知機能の改善)に効果があるスクエアステップ教室

「あらゆる世代の皆さんが、身近な場所で自分に合った運動やスポーツができる環境を、保健や医療の分野と連携してつくりたい」と中垣内さん。「住民主導で運動・スポーツを習慣化していけば、地域の皆さんが健康を保つことができ、ひいては地域の活力アップにつながる。そのお手伝いをしていきたい」と熱く語ります。



長崎市と協働で実施しているノルディックウォーク教室

元気な人がたくさんいると、まち全体が元気になります。「長く元気でいるためのヒントを、教えてもらえた気がします。」

働き盛りの長崎人をクローズアップ!!

## はたらきびと 輝く働き人

ANAテレマート株式会社 長崎支店  
瀬戸 美波 さん

創業は昭和62年。長崎支店は平成23年に開業。ANAを利用されるお客様が安心して搭乗できるよう、航空券などの電話予約・案内、乗り継ぎ情報や荷物の許容量など、さまざまな情報を提供しています。



Q1.きれいな職場ですね。会社の雰囲気はどうですか?

チームワークが良く、アットホームな職場です。

就職1年目の頃は、分からないことばかりで不安でしたが、年の近い先輩が1年間マンツーマンでサポートしてくれる制度がありましたので心強かったですね。また先輩と交換日記をしていましたので、日記を通して、相談にのってもらったり、分からない事を教えてもらったりしていました。今でも飲みに行く仲です。



4年前から神ノ島に立地

Q2.現在担当している業務は何ですか?

ANA国際線の電話予約・案内をはじめ、提携会社などの情報も提供しています。

顔が見えないため、お客様の声の調子から状況をくみ取り、要望に合わせた対応ができるよう努めています。その際、声だけで私たちの笑顔が伝わるように心掛けていますよ。



笑顔での対応がモットーです♪

また4月からは、お客様対応をしているスタッフをサポートするアシスタントスーパーバイザーとして奮闘中です。

Q3.今後の目標と、新社会人へのアドバイスを。

スタッフをしっかりとサポートができるよう、知識を深めたいと思っています。その一つとして英語も勉強中です。

またお客様の声を真摯に受け止め、サービスの向上へとつながられるよう努めていきます。

新社会人のかたへのアドバイスとしては、自分がこれまでしてきたように、分からないことは質問し、疑問に思ったことは遠慮せずに伝えてほしいということです。それが仕事上手になる近道です!