

長崎市に住む人、働く人、学ぶ人が互いに“顔見知り”になることを目的とした「井戸端パーティー」。  
ホームページでさまざまな交流の場を紹介しています。

中央地域センター ☎829-1418

🔍 井戸端パーティー

ホームページ



Instagram



Facebook



井戸端パーティーを活用しているかたをご紹介します！

## スポーツを通して、長崎の人やまちを元気にしたい

記事全文は上記ホームページで。

NPO法人 長崎ウェルネススポーツ研究センター

あなん 阿南 祐也 さん



今回の井戸端peopleは、「長崎ウェルネススポーツ研究センター」理事長の阿南さん。健康・体力づくりや介護予防の指導者として地域住民の健康づくりのサポートを行っています。

子どもから大人まで気軽にできる「スクエアステップ」という足踏み運動の普及に取り組む阿南さん。団体が毎月開催する運動教室では、参加者同士が交流を楽しみながらスクエアステップなどで健康づくりに励んでいます。また、自治会などで実施される健康づくり活動に講師として訪問し、地域のかたと一緒に汗を流しています。阿南さんは「長崎がサッカーやバスケットボールなどのスポーツで盛り上がる今だからこそ、皆さんにもスポーツを通じた交流を楽しんでほしい」と話します。そんな交流が長崎全体に広がるように、阿南さんは活動を続けています。

皆さんもぜひ、運動教室で交流を楽しみながら健康・体力づくりをしてみませんか。

## わがまち 自慢 調査し隊

大きなウミウシ  
に大人も子どもも見  
入っていたよ。



お  
題

珍しいウミウシ

### 長崎ペンギン水族館に漂う

### 謎の爽やかな匂い

橘湾で珍しいウミウシが捕獲されたみたいだから調べてみたよ。このウミウシはヤマトメリベといって、成長すると最大で50cmを超える日本固有のウミウシなんだ。ヤマトメリベは、刺激を受けると柑橘類やウリ類のような匂いを放つんだって。頭巾と呼ばれる大きな口を広げて餌を食べる姿は必見だよ！

このヤマトメリベは、現在長崎ペンギン水族館に展示されているよ。同館では、2年前にも9本足のタコを展示するなど、地元の珍しい生き物も紹介しているんだ。ヤマトメリベが元気なうちに見に来てね！

#### まちの自慢を募集！

「広報ながさき」で紹介して欲しい、まちの自慢を募集しています。自薦・他薦は問いません。はがきか市ホームページでご応募ください。

