知っちょコラム

ご縁を応援！GO-EN ごえん センター だより

「GO－EN（ごえん）センター」は、萩市・長門市・美祢市の３市に開設・共同で運営する出逢いサポートセンターです。

令和５年度から、新たな情報発信の場としてLINE 公式アカウントを開設しました。

もっと気軽に、婚活をサポートするお得な情報やセミナー、イベントのお知らせを入手できるようになりますので、ぜひご登録ください。

※メルマガ・LINE 公式アカウントは、非会員でも登録が可能で、無料でご覧いただけます

◀ LINE公式アカウントはこちらから

開所日やご登録の方法、開催予定のイベント・セミナーなど、詳しくは公式ホームページからご確認ください。

◀ GO-ENセンター公式ホームページはこちらから

市民活動推進課 活動推進班　☎ 23-1172

YUKUTE

長門市観光コンベンション協会

仙崎の歴史と潮風にふれる土曜日

ながとボランティアガイド会では、毎週土曜日に予約不要、参加費無料のまち歩きを実施しています。

観光案内所 YUKUTE をスタートし、童謡詩人「金子みすゞ」のふるさと仙崎のまちをめぐります。

「わたしと小鳥と鈴と」「大漁」などを生んだみすゞさんのこころの景色を地元ガイドの案内で歩いてみませんか。

■実施日
毎週土曜日

■出発時間
13：30
※ 13：20 までに集合してください

■出発場所
観光案内所 YUKUTE
（道の駅センザキッチン内）

■所要時間
約２時間（約３km）

長門市観光コンベンション協会　☎ 27-0074

長門おもちゃ美術館

６月ワークショップのお知らせ

木のたまご作りワークショップ

ヒノキの香りに包まれて木のたまごを２個作ります。それぞれにレーザーで名入れをします。

■日時　６／４（日）　10：00 ～ 15：00
■場所　長門おもちゃ美術館　前庭
■体験料　1,200 円（２個作ります）

くるりん人形ワークショップ

ヒノキを使ってクルクル回る人形を作ります。

■日時　６／25（日）　10：00 ～ 15：00
■場所　長門おもちゃ美術館　前庭
■体験料　1,000 円

長門おもちゃ美術館　☎ 27-0337

生涯「健幸」で元気に暮らせるまちを目指して

６/４～10 は歯と口の健康週間
「歯」の健康に意識しましょう

歯を失う原因に歯周病があります。歯周病は、歯の周囲の汚れの中に含まれる細菌の毒素で歯ぐき（歯肉）に炎症がおき、歯を支える骨が溶けていく病気です。

歯周病のセルフチェック

・朝起きた時に、口の中がネバネバする
・口臭が気になる
・歯肉が時々腫れる
・歯肉が下がって、歯と歯の間に隙間ができてきた

歯周病予防には、毎日の歯磨きや定期的な歯石の除去が有効です。歯石は歯ブラシでは落とせず、また歯周病の初期段階は、自覚症状が現れにくいので、定期的な歯科受診が大切です。

歯と口の健康週間

無料の歯科健康診断
※詳細は各歯科医療機関へ事前に問い合わせください

国保・後期高齢者の人

歯科（お口）の健康診断
※詳細は長門市健幸ガイドをご覧ください

ぜひ、この機会に健康診断を受けましょう！

長門市保健センター　☎ 23-1133

長門の人 30

ポールダンスが自己実現
～挑戦が私を変えてくれた～

ポールダンサー
修羅（矢木田 寿子）さん

▼開脚が美しい「ジェイドスプリット」

▼本来の私はとてもネガティブなんですと語る矢木田さん

ポールダンスを始めたきっかけは？

いつも自信のない卑屈な自分が嫌で、自分を変える何か新しいことを始めたいと考えていました。そんな時、幼い頃にたまたま目にした洋画に登場したポールダンスをする女優さんがきれいだったなということを思い出し、始めてみたいと通える教室を探したのがきっかけです。

自宅から一番近かった福岡県の教室へ体験に行き、先生にポールスポーツというジャンルがあることを教えていただき、競技としてあるならもっとやりたいと思い挑戦したところ、どんどんはまっていきました。

ポールダンスの魅力とは？

誰にでもできることですね。よく周りの人から「やせてないとダメなの？」など聞かれるのですが、全然そんなことはなくて、優勝経験のある選手の中には、体が大きな人もいます。私も、コンプレックスだったスタイルや容姿は全く気にならなくなり、表現する楽しさを知りました。ポールダンサーは、人それぞれ得意分野があって、ダンスが得意な人もいれば、技が得意な人もいる。ポールダンスは、技とダンスの融合なんですが、私はダンスが苦手なので技でなんとか頑張っています。

今後の目標や夢を教えてください。

今年の３月に、日本ポール・スポーツ協会が開催する「ポールスポーツ部門のアマチュア 40 代女性」で４位になったんですが、入賞が３位からだったので悔しい思いをしたんです。次の大会で、優勝することが目標ですね。

最近は、イベントに呼んでいただけることが増え、市内の人に見ていただける機会も多くなりました。そこで、「すごく良かった」と声をかけられることも増え、それが自信につながっています。

イベントでのショーを通じて、もっとポールダンスを皆さんに知ってほしい、そして同世代の人達に、この年齢でも色々なことに挑戦できるよ、変われるんだよ、ということを伝えていければいいなと思っています。

編集後記

４月から広報を担当することになり、「長門の人」の取材が初仕事となりました。

今回、取材をさせていただいたのは、ポールダンサーの修羅さん。こちらからの質問に答える修羅さんの印象は、とても穏やかで物静かな女性でした。

しかし、演技が始まると、それまでの印象は打ち砕かれ、修羅さんの力強く美しい姿は、観客を魅了しポールダンスの独特の世界に飲み込まれていったような感じでした。それと同時に彼女の努力や強い信念が演技から感じられました。

私自身、今回の仕事を通して、とても良い刺激を受け、人と触れ合うことの素晴らしさを改めて感じています。

長門市市民憲章
④ 笑顔 ふれあう、
温かいまちをつくります

長門市広報 知っちょこ
No. 276　2023 年（令和５年）６月号
発行　長門市役所
〒 759-4192　山口県長門市東深川 1339-2
TEL 0837-22-2111（代）
編集　企画総務部企画政策課シティセールス推進班
TEL 0837-23-1117　FAX 0837-22-5358