

『すこやか』新年号恒例の年男年女インタビュー。
今年、当組合は「第2期データヘルス」という
プロジェクトが始まります。
それにちなみ成年生まれの4名の方に「わたしの
新プロジェクト」についてお話しいただきました。

新年号特別企画
年男年女

インタビュー

今年、は節酒、バスケ、 それと…



ひが えりな
比嘉 愛里奈 さん

沖縄東京計装㈱
平成6年2月5日生まれ

年女の今年のプロジェクトは「禁酒!」(笑)…とい
うと会社のみなさんにビックリされると思いますので…
「節酒」としておきます。今は高校時代からずっと仲
良しの友だちと、週2~3回は外でビール女子会をや
っています。毎年受けている健診では「異常なし」です
が、若さで乗り切っているんでしょうかね。これからは
自分の健康、それと出費のことも考えて、お酒を少
しは減らそうと思っています。

お休みの日は、地元・琉球ゴールデンキングスのバ
スケットボール観戦ですね。高校時代はバスケ部の
マネージャーをやっていた(運動神経がないのでマ
ネージャーです) くらい大好きで、Bリーグ開幕の
ときには、東京代々木までオープニングゲームを観に行
きましたよ。住まいがホームアリーナの沖縄市体育館
に近いので、試合があるときは観客席で冷静に分析
しながら観ていますよ…ビールを飲みながら(笑)。キ
ングスは現在、Bリーグ西地区で優勝争い中。春に
行われるチャンピオンシップに進出したら、観に行っ
ちゃいますよ、東京に。これは今年の抱負というか、
望みです。

あとは…5年お付き合いしているカレシがいます。
まだ具体的な話は進めていませんが、今年中にゴール
インできたらいいなと…いや、します!

念願の 知床ドライブへ!



なかざわ あゆみ
中澤 歩 さん

ネステック㈱
昭和57年10月30日生まれ

昨年の9月に運転免許を取りました。今の千葉に
転居する前は東京住まいでしたので、車の必要性も
感じなかったのですが、千葉に引っ越して来て、車
があったほうが便利だと思い、一念発起しました。

今は近くにある主人の実家の車で練習中です。車
を買って運転に慣れ、今年の夏は念願の北海道知床
旅行に行きたいなと思っています。知床となると車の
ほうが圧倒的に便利なので初心者マークをつけてマイ
ペースで運転したいと思っています。

あとは、元々映画好きで、会社帰りに観て帰るこ
ともよくあったのですが、千葉に来てから家で観る
ことが多くなりました。車があると出かける機会も
増えると思いますので、映画館で観て、お昼を食べ
て、なんていう休日の過ごし方もいいですね。今年
からは積極的に外に出るようにしようと思います。

去年は、健保のボウリング大会に初めて参加させ
ていただきました。成績は散々でしたが、とても楽
しかったです。表彰式のご挨拶でも言われていま
したが、健康に老いるって大切ですよ。私も毎年の
健診が「生活習慣病健診」にグレードアップしまし
た。そういう歳になったのかと思うと同時に、健康
にも気を付けようと思います。主人の健康管理も含
めて。