

### 基本情報



【年齢】  
39歳  
【出身地】  
東京都三鷹市  
【転出元】  
長野県諏訪市  
【前職】  
総合スポーツクラブイン  
ストラクター  
【活動時期】  
R2.4~  
(3年目)

### 協力隊に応募したきっかけ

諏訪市には祖父母の家があり、幼少期からゆかりのある場所でした。その祖父母の家を拠点に、いままでの経験を活かし諏訪市を活性化するお手伝いが出来ないかと思い応募しました。

### 今後の抱負・任期後の目標

任期後の起業を目標に、まずは諏訪を知り、すわっチャオを拠点に市民の方々との関係を深め、次に市民の方々が求めるものに沿った起業のありかたを模索していきたいと思っています。  
現在、筋膜リリースの施術研修に行かせていただき、任期後に自宅で起業準備をしている最中です。

### 活動内容

#### ●メインミッション

すわっチャオを活用した地域活性化創出のための取組（施設運用管理、SNS利用のプロモーション活動、地域関係者との連携による地域活性化創出活動等）



#### ●その他

高齢者向け体操教室（月4回）  
体操教室講師派遣  
YouTube/Facebook発信  
移住イベント参加など



### 連絡先

【メディア等の取材連絡先】  
(メールアドレス) ayaka-tsukanishi@city.suwa.lg.jp  
(電話番号) 0266-75-5257 駅前交流テラスすわっチャオ  
【活動の様子を発信しているSNS・ブログなど】  
Facebook #諏訪市地域おこし協力隊、諏訪市公式YouTubeチャンネル内  
諏訪地域の魅力発信番組  
「住んでみたら！すわっていいよ！いいら下諏訪！ちおこトーク！」