

福井 果林さん  
Fukui Karin

〔下横田区〕

ふくい かりん / ヨガインストラクターとして活動するかたわら、動物保護団体「山ぼうしの樹いぬねこの会」の主メンバーとしてボランティア活動も行っている。

## 大切なのは続けること 諦めず挑戦し続けてください

ゆったりと心地良いレッス  
ンが好評なヨガインストラク  
ターの福井果林さん。ちょう  
ど20年前、二十歳だった頃  
の話を尋ねた。

「二十歳の頃の私は空港で

ランプハンドリングという業  
務に就いていました。」飛行  
機が行き交う中、地上作業員  
として主に荷物の積み下ろし  
作業を担っていたとのこと。  
「飛行機が安全かつ迅速に飛

べるよう責任を持って取り組  
んでいました。入社して段階  
をおう毎に扱える車両も増  
え、やりがいがあり楽しかつ  
たです。」と当時を思い起こ  
す。

体を動かすことが好きで、  
学生時代は陸上選手として活  
躍した福井さん。出産後に通  
い始めたヨガについて、自身



写真上) 「いぬねこの会」  
の一員として朝から施設の  
掃除や犬の散歩などを手伝  
う福井さん。



写真左) ヨガ教室の生徒は  
30代から70代と年齢層も  
幅広く、町外から通う生徒  
も多い。

が感じたヨガの心地よさと考  
え方を周りの人にも伝えたい  
と考え、ヨガインストラクタ  
ーに転身。月に数回、糸田区  
の「山ぼうしの樹」にて朝ヨ  
ガ教室を開催している。未経験  
の方も参加され、和やかな  
雰囲気の中リフレッシュでき  
ると参加者からも好評だ。

また、多忙な中ヨガインス  
トラクターと並行して、山ぼ  
うしの樹内で立ち上がった動  
物保護団体「いぬねこの会」  
の活動にも尽力。御船保健所  
と連携し、保護された犬猫を  
里親へ渡すまでの支援をして  
いる。甲佐町内で迷子になっ

た犬猫もあり、自身も野良猫  
を拾い共に暮らしている経験  
から保護活動に興味を持ち  
「少しでも保護された犬猫の  
力になれたら。」と週に2、3  
度、同団体のボランティア活  
動に参加する。

自身の経験や出会いを大切  
にし、何事にも積極的で前向  
きに挑戦し続けてきた福井さ  
ん。二十歳の若者へ向け「続  
けることが一番大事だと思っ  
ます。難しくても続けていれ  
ば色んな道に繋がります。諦  
めず好きな事に挑戦していけ  
る人生を歩んで欲しいです  
ね。」とエールを送る。