



## COVER STORY

### 株式会社 TAKA フィジカルステーション

平成18年3月設立の、治療院とトレーニングルームを備えた総合型治療院。雄物川高校バレー部、湯沢翔北高校バスケットボール部など県内外の高校・大学運動部へトレーナーの派遣も行っている。社員数5名。



## 「身体づくり」から はじめる「まちづくり」

### スポーツで 町に活力を与えたい

専門学校卒業後、関東にある鍼灸マッサージの治療院で働いていた代表の石井さん。治療院での経験と専門学校で学んだスポーツリハビリの技術で秋田に貢献したいという思いから、平成18年に帰郷しました。雄物川高校バレー部の専属トレーナーを務めながら、1年ほど出張施術を経験。その後、トレーニングルームと鍼灸マッサージの治療院を併設したTAKAフィジカルステーションを横手駅前に開設しました。駅前を選んだのは、横手の玄関を賑わせたい

という石井さんの思いから。リハビリの指導やマッサージなどを行うメディカルトレーナー、選手の怪我の応急処置や体調管理を行うアスレチックトレーナーなどの資格と高い技術力を活用して、一般の方から現役アスリートへの指導、施術を行っています。

### 暮らしの一部として

トレーニングは気軽に楽しく取り組むことが大事と考えている石井さん。「精神面でも、金銭面でも気軽に来ていただきたいので各利用料金は安く設定しました。トレーニングルームの使い

方も自由。外でランニングして、トレーニングルームを使って、シャワーを浴びて帰る方もいます。本当に人それぞれ(笑)。生活の一部としてうちに通ってほしい」。現在、TAKAフィジカルステーションには中学生から高齢者まで幅広い年齢層の方が各々の目標を抱きながら通っています。

今後の目標は、身体づくりからはじめるまちづくり。「まずはフリーウエイトと呼ばれるトレーニング方法を広めることが目標

です。自分のペースでトレーニングができて、危険も少ないので子どもからお年寄りまで安全に体を鍛えることができます。バランス良く質の良い筋肉が付くことも特長です。きっと元気のあふれる町づくりの力になるはず」と石井さん。今年の夏には老人施設のトレーニングルームのプロデュースを手がけ、トレーナー派遣にも意欲的に取り組んでいます。力強いまなざしの先には、活力のあふれる地域の未来像が描かれていました。

### 株式会社 TAKA フィジカルステーション

tel.0182-32-2591 横手市寿町6-4  
<http://taka-ps.com/>