

# よしとみさんぽ

vol. 21

## 杉元整骨院

## YFG

## (よしとみフィットネスジム)

第21回のよしとみさんぽ。今回は広津の「杉元整骨院・YFG（よしとみフィットネスジム）」の杉元さんにお話を伺いました。



「いつでも気軽に見学に来てください!」  
と笑顔がとっても素敵な奥様の杉元恵理さんと院長の杉元幸道さん

### 「整骨院を始めたきっかけは

もともとプロスポーツ選手の体をサポートするアスレチックトレーナーを目指していたのですが、当時アルバイトをしていた整骨院の先生から、「まずは柔道整復師の資格を取ってみてどうか」と勧められて国家資格を取りました。その後、患者さんの体の悩みについて相談を受けていると、柔道整復師は皆さんにとって、とても身近な存在として関わっていると感じ、患者さんがどんどん回復して、笑顔になる姿を見ると私もとても嬉しくなりました。それから、もっと信頼される柔道整復師になりたいと思い、この仕事を専門に始めました。

### 「吉富町で開業したきっかけは

自分のお店を開業したいなと思い始めた時に、「吉富には整骨院がないね」という話になり、私の妻が吉富町出身ということもあって、町内でどこかいい店舗がないかと探していたところ、今の場所がみつかって8年前に開業しました。

### 「昨年11月にフィットネスジムもオープンしました

皆さんが少しでも長く健康で暮らすためには体づくりが大切です。そのため、気軽に運動できるような場所があったらいいなと思っていて、いつ

かは整骨院の横にフィットネスジムも併設したいと考えていたところ、ちょうど隣の店舗が空いたので「これは何かの縁だ!」と思い、妻を説得して昨年開業しました。妻も一緒にジムを手伝ってくれてとても感謝しています。



有酸素系の機械や体幹を鍛える機械など10種類以上のトレーニングマシンで体づくりをすることができます。

### 「ジムにはどんな方が来られますか

小学生から上は80代の方まで幅広い年齢層の方に来ていただいています。整骨院にいられた患者さんがリハビリとして利用されたり、運動不足を解消するために、軽く体を動かしたいという方や、ダイエットをしたい方、筋肉をしっかりとつけたいという学生さんなど、様々です。高齢者の方はまだまだしっかり自分の足で歩くために体力をつけておきたいと通ってくれます。

### 「町民の皆さんへメッセージを

地域の皆さんがいつまでも元気に過ごすためのお手伝いができたらと思っていますので、体の痛みでお困りのことがあれば、なんでもご相談ください! また、適度な運動は免疫力をアップさせ、風邪をひきにくい体質にしてくれます。

フィットネスジムはいつでも体験ができますので気軽に見学に来てください!



住所 / 大字広津550-1  
営業時間 / 月～金 9:00～20:00  
土 9:00～13:00  
定休日 / 日曜日  
電話番号 / 0979-64-8589



整骨院では患者さんの体の不調にしっかりと向き合いながら、施術をされる杉元さん。健康な体づくりのために食事指導のアドバイスもしてくれます。新しく併設したジムでは、一人ひとりに合ったトレーニング内容を丁寧に教えてくれますので、皆さんぜひ足を運んでみてください!