

第102回 実は隣のスゴイ人

あや整骨院

住所 末吉町深川 224-1

電話 0986-76-7757



Instagram はこちら



友人と協力して片付けなどを行ったトレーニング室
広いスペースで様々な器具を使用できる



体幹やバランス能力を高めるファンクショナルマットを使用し、
KOBA 式体幹☆バランストレーニングを行う



筋肉の状態を確認しながら手技療法を行い
一日でも早くスポーツに復帰できるようサポートする



あや整骨院 院長
みなみ あや
南 綾 さん

柔道整復師

KOBA 式体幹☆バランストレーニング
マスタートレーナー
スポーツメンタルトレーナー

曾於市内のスゴイ人にスゴイ人を紹介してもらうこのコーナー。前回のスゴイ人、深見哲久さんにご紹介いただいたこの方は「市民の体をほぐしつつ、体幹トレーニングで未来のアスリート育成に尽力されるスゴイ人」とのこと。

今 回は末吉町深川で、あや整骨院の院長をされている南綾さんに話を伺いました。末吉町出身の南さんは高校生のときに親と一緒に通い始めた都城市のジムで、筋肉の名称や運動に関する座学を受けたことをきっかけに、身体について興味を持つようになりました。

亞細亞大学経営学部を卒業後、東京で足裏マッサージの仕事に従事。その後、整骨院で働いていた母の友人から柔道整復師という資格について教えてもらい、身体のプロになろうと決意しました。東京の専門学校で3年間学び、柔道整復師の資格を取得。在学中から整骨院のアシスタントとして働くなど現場でしか学べない技術も身に付けました。その後、東京の治療院で2年間、鹿児島市内の治療院で5年間勤めた後、平成24年にあや整骨院を開院しました。

自然豊かな曾於市に帰りたいという思いがけをした選手が一日でも早くスポーツに復帰できるようサポートしたいと考えています」

スポーツをしている中・高校生の来院が多く、市内だけでなく都城市・志布志市・霧島市からも来院者が訪れます。令和2年に野球の名門校に進学する友人の子を育てたいという思いから、KOBA式体幹☆バランストレーニングのマスタートレーナーを取得しました。

現在では、打撲・捻挫・肉離れなどの治療を行いながら、小・中・高校生や成人女性限定の体幹トレーニングの指導にも力を入れています。

「以前は施術室に最大13人が入りトレーニングを行っていましたがスペースに限界を感じるようになりました。令和5年に、父が所有していた倉庫を活用し友人らの協力を得て片付けや人工芝の設置を行い、専用のトレーニング室として整備しました」

また新たにメンタルトレーナーの資格も取得。

「特に小学生に対するトレーニングでは、一人ひとりの性格に合わせて褒めたり競争心を持たせながら、どうすれば集中して取り組めるか工夫をしています」

患者の心の状態や生活習慣にも配慮した施術やトレーニングを行なうように心がけています。

年配の患者さんから『生きる希望が見つかりました』との声や、トレーニング生から『ホームランを打てました!』と嬉しい報告を受けた時にやりがいを感じること。

「曾於市から日本を代表するスポーツ選手を輩出するのが目標です。その為に体の成分を細かく分析する装置の導入や、スポーツ競技別にアプローチできるトレーナーを目指しています」

と今後の展望を話してくれました。