



人生を輝かせる運動習慣の継続をサポート。お客様とスタッフが幸せになる役割が目標。

多くのお客様から信頼されるパーソナルトレーニング施設「チェンジフィット」。都心の並木通り店に続く2店舗目が横川駅近くにオープンしたばかり。その新たな拠点でお客様を引き継ぐトレーナーと店長の責務を担う松枝さんに話を聞きました。



株式会社ビーヘルシー  
チェンジフィット横川店  
店長 パーソナルトレーナー  
**松枝 大貴 さん**  
(まつえだ・だいぎ)

広島県竹原市出身。高校卒業後に専門学校でトレーナー知識と技術を学び大手スポーツクラブに就職。現代表の会社立ち上げに参加して現在に至る。読書と映画鑑賞も日課。

チェンジフィット横川店 広島市西区横川町2-9-4 082-541-2101  
<https://changeft-gym.com>

**お客様に合った運動と生活習慣を**

チェンジフィットはこれまでの運動施設にはない、パーソナルトレーニング、セミパーソナルトレーニング、フードマネージメントを二体化させ、美しく健康なカラダを手に入れていただくことを使命にしています。私がお客様一人ひとりの要望や現状を細かくヒアリング、お客様に合ったトレーニングメニューを提供、専属の管理栄養士が対応する食事も含め、毎日の習慣になる健康づくりを心がけています。通常の筋力トレーニングはもちろんですが、骨格や脳への刺激も応用した独自のプログラムにより、多くのお客様に目標の達成や成果を実感いただいています。私が店長の横川店は4月11日にオープンしたばかり。1階にどなたでも利用できるカフェ空間も備え、新しい多くの出会いに期待しているところです。

**情熱を忘れず 取り組む仕事**

私は小学校からサッカーを続け、地域でも成績を出していました。ハイフンダーで身長が低いため筋力トレーニングにも関心をもち、もともと知識やスキルを身に付けるため、将来の進路へ選択しました。実はサッカーに対して情熱を注ぎ切れなかった自分の後悔もあり、運動やトレーニングの指導を通して人を輝かせる役割へ情熱を持ちたいと強い探究心もありました。それから経験を積み、スキルやお客様との関わりなど、多くのことを学び、同じ職場だった現在チェンジフィット代表の北山耕二トップトレーナーらと独立に参加。トレーナーとしてさらに実績を積み、今回は横川店の店長という役割も与えていただきました。今はプレッシャーよりもワクワクが大きいですね。

**お客様の目標達成が 私たちの幸せ**

横川店のスタッフは向上心の高い優れたスタッフばかり。お客様にはチームとして対応する姿勢を大切にしています。だからこ



3名のトレーナーとカフェスタッフが揃う横川店。「全員が高いスキルと意欲を持つ人材」と松枝店長。

そお客様が運動や正しい食事習慣を継続でき、毎日を健康に幸せを感じながら過ごしていただくこと、それが私たちの幸せにもなります。私たちトレーナーだけでは、本当の成果を出せません。そのためにはお客様の努力や頑張りも不可欠。それをどう引き出しサポートしていかれるかを常に考えます。一緒に高い目標を達成できた喜びは、何にも代えがたいですね。横川店は1階のカフェで、プロテインを使うシェイクやオーガニックの弁当販売など、幅広い世代の方に健康づくりへの関心を持っています。それが当店の筋力トレーニングやダイエット、ボディメイクなどへの入り口になればいいですね。一人ひとりのライフスタイルに健康や活力へつながる習慣づくりを提案、そのサポートにスタッフ全員がやりがいを感じています。