

夢をカタチに

姫路商工会議所が創業を支援した創業者の方に
お話を聴きました。

コンディショニング& ピラティススタジオ Alter (アルター)

代表者 井ノ元 宏希

創業時期 2023年10月

所在地
姫路市飾磨区今在家3丁目245番地5

事業内容
整体・ピラティス

営業時間
9:00~22:00
不定休

HP
<https://hiroki-alter.site/>



お客様ばかりなので、私自身も“やりがい”を感じています。

創業当初の情報発信が、リラクゼーションや美容の目的として受け取られたため、集客に困った時期はありましたが、そのことに気づき、「安心の提供」という経営理念を立て、ターゲットも明確にしたことで、集客に繋がり、リピート率も順調に上昇しています。

商工会議所でネットワークづくり

創業前、経営者としての知識を身につけたいと思っていた時に創業塾を見つけ、その時初めて、商工会議所が創業の支援をしていることを知りました。創業塾ではビジネスモデルを考える良い機会になり、参加者同士の出会いがあったことも良かったと思います。

また、高校生を対象にしたトークセッションに登壇させて頂き、創業に至るまでの自分を見つめ直す良い機会になりました。

今後の目標

働き方改革やコロナ禍の影響で病院での勉強会は減っていますが、当店では医療関係者が理学療法士の技術を学ぶ勉強会を開催しています。今後は自身の事業や勉強会を通じて予防医学に貢献していきたいと思っています。

「人生100年時代」を健康に暮らすため、Alterは皆さんと一緒に少しずつ変化を重ねていきたいと思っています。



少しずつ変化を重ねて、将来の大きな変化へ 軽いからだを作る♪ 体づくり専門店

『もっと前に予防していれば…』が創業のキッカケ

地域病院に6年間、急性期病院に10年間勤務し、集中治療室から訪問看護まで幅広いリハビリを経験してきました。病院でのリハビリは、症状が悪化してからや、手術の後にやるもので、「病院で出会うもっと前に関わることができていれば…」と思うことが何度もありました。

人生100年と言われる時代。自分が培ってきた経験や知識を活かし、医学的根拠に基づいたトレーニングを提供することで、年齢を重ねても慢性的な痛みや不調を起こさない健康的な体づくりをサポートしたいと思ったのが創業のキッカケです。

Alter (アルター) とは

店名は、トレーニングで日々少しずつ変化を重ねることで、将来の大きな変化に繋げて頂きたいという願いを込めて「Alter (部分的な変化)」と名付けました。

当店では「肩が痛い」「腰が痛い」「足が痛い」といった症状を整体でバランスを整え、ピラティスを使ったトレーニングで、痛みや不調を起こさない健康な体を作っていきます。医学的根拠に基づく整体とピラティスを融合したサービスが特徴です。

また、当店ではお客様と繋がる「共有カルテ」を作っています。トレーニングの前後で写真を撮影して、その日の「評価」と今後の「方針」をお客様と共有することで、その後の「道しるべ」にしています。

創業して良かったこと、困ったこと

病院に勤務している時も患者さんに喜んで頂き“やりがい”はありましたが、開業後はやりたかった「未来の健康」をサポートできる上、皆さん100%やる気のある



外観(駐車場3台あり)



コンディショニング(整体)



リフォーマー・タワー



トレーニング前後チェック



トークセッションに登壇