

しおがまっ子通信

第10号 令和2年12月
発行/塩竈市政課
〒985-8501 塩竈市旭町1-1
電話 022-355-5728
FAX 022-367-3124
対象小中学生 2,380人
小4:386人 小5:391人
小6:405人 中1:400人
中2:398人 中3:400人
(R2.11.30時点)



しおがま
しおがま はたら みりよく
塩竈で働く魅力とは…! 「塩竈ではたらく」

すなぐち えりこ
ヨガインストラクター 砂口 絵梨子 さん

「ヨガインストラクター」ってどんなお仕事?

今回は、塩竈市内でヨガスタジオ「Studio Feel」を開設している砂口絵梨子さんに教えてもらいました。

Q. 仕事の内容を教えてください

ヨガの動作を使って、動きやすい体やケガをしない体を作るために、指導・サポートしています。皆さんの日常生活の質を上げることを目指しています。

Q. この仕事を選んだきっかけと、仕事に就くまでの進路は?

子どものころから体を動かすことが得意で、それを活かして役に立てることは何だろうと思ったことがきっかけです。

23歳のときに、スポーツクラブでのトレーナーやインストラクターの仕事を始めました。数年後、私ができることを探し始め、大好きな塩竈でヨガスタジオを開きたいと思いました。その目標を達成するために、美容の仕事とさまざまな場所でのインストラクターの仕事を両立しながら、営業の経験を積んだり人間性を磨いたりして、32歳のときに塩竈にスタジオを開設しました。

Q. 仕事のやりがいや楽しさ、大変だったことを教えてください

お客様が、より良い状態に変化していく様子を見られることに、やりがいを感じます。「できない」と言っていたお客様も、体が健康で良い状態になってくると、表情や言葉、心も変わり、チャレンジする姿勢がでてくるんですよ。お客様の体を良くするために伝えたいことを、一人一人が分かるように伝えることは大変で、伝える方法などを勉強し続けています。大変だったことは、ほかにもあったと思いますが…結構忘れちゃう性格なんですよ!

もっと知りたい!

Q. この仕事に就くには?

私は自分で勉強しましたが、専門学校や体育系の大学で学ぶ人が多いです。知識を持っていた方が、仕事に取り組みやすいと思います。

Q. 塩竈で働こうと思った理由は?

地元塩竈が大好きだからです。社会人になってから塩竈が落ち着くなと感じました。塩竈の人が好きなんだと思います!



スタジオ以外でもヨガ教室を行う砂口さん。一人一人に伝わるように丁寧に体の動かし方を教えています。