

Conditioning salon Yuna Pilates（山形市/ピラティスレッスン・整体）



どんな仕事？

女性限定のピラティスと整体のサロンを営んでいます。特に妊娠中の方や産後の女性の身体の悩み（体型の戻りの悪さ）やトラブル（骨盤痛や尿もれ）に対するレッスンや施術が得意で、お客様の大半が産前産後の女性です。オンライン、オフラインともにサービスを提供しており、山形県内の方はもちろん全国各地の女性がオンラインでピラティスを受けてくださっています。

起業のきっかけは？

理学療法士として病院勤務をしていた頃、入院管理が必要な妊娠中の女性のリハビリに携わりました。身体はもちろん精神的にもとても辛く不安に過ごされている様子を間近で感じ、「病院に入院する前に身体のケアをしたい」「妊娠中～産後の大変な時期に快適に元気に過ごせる女性が増えてほしい」という思いから起業をしました。

起業して良かったことは？

妊娠中から産後まで長くお客様に関わり続けられることが嬉しいです。また、お客様のお母様やご友人など身近な親しい方々の身体のケアにも携われることも喜びです。個人的には、私自身起業してから妊娠・出産を経験し、産後すぐに育児をしながら自分のペースで働く量や内容を調整し働き続けることができ、個人事業主になって良かったと感じます。

起業を考えている方へ一言！

起業を迷われている方はぜひ挑戦してみてください！やらない後悔よりはやった後悔がいい！と個人的には思っています♪そして、常に考え続けて動き続ければ、後悔や失敗には繋がらないはずです！まずは商工会議所さんなどの支援機関に相談をしてみてくださいね♪