

本八幡整体院 彩【IRODORI】／リハビリジム 彩
院長

臼井 宰介

1971年生まれ。東京都江東区出身。理学療法士として病院・整形外科クリニックで長年勤務。その経験をもとに、「本八幡整体院 彩」および「リハビリジム 彩」を開業。AI姿勢分析や運動療法を駆使し、痛みの原因を可視化して根本から整えるサポートを行う。「延命より延動」を理念に、最期まで動ける体づくりを広めている。フットセラピー1級、操体師の資格を所持。

AI×理学療法×教育で体从根本から整え いつまでも自分の意思で動ける人生を

「本八幡整体院 彩」と「リハビリジム 彩」では、AIによる姿勢分析を活用し、運動療法やストレッチ、セルフ運動の指導を通して一生動ける体づくりをサポートしている。「不調の根本改善を目指す」という信念を持つ臼井院長に、タレントの嶋大輔さんが話をうかがった。

“根本改善”を目指し開業

嶋 「本八幡整体院 彩」と「リハビリジム 彩」を運営されている臼井院長。まずはこれまでの歩みをお聞かせください。

臼井 私は以前、ラグビーをしており、肩や肋骨の骨折など、何度もケガを経験しました。そうした背景から、「私と同じように苦しむ人を助けたい」という思いで、理学療法士を志したんです。開業前は、病院や整形外科クリニックで理学療法士として長年勤務しました。

嶋 開業に至ったきっかけは何だったのでしょうか？

臼井 理学療法士として働く中で、予防ケアと根本改善の大切さを痛感したこと

です。多くの方は、痛みが出てから行動を起こします。しかし痛みが出るというのは、すでに全身のバランスが長期間崩れてしまっていることを意味します。マッサージで一時的に楽になってしまっても、歪みを整えなければ根本的な改善にはなりません。整形外科ではご高齢の方が多く、痛みが出てから来院されるケースがほとんどでした。私がストレッチや体の動かし方をお伝えすると、「もっと若い頃から始めていればよかった」とおっしゃる方が本当に多かったです。だからこそ、「自分が現役世代や若い方々にアプローチしていくしかなければ」と強く感じたんです。

嶋 患者さんからの声が、臼井院長の使命感を駆り立てたのですね。

Guest Comment>>



嶋 大輔（タレント）

臼井院長のお話をうかがい、根本改善への搖るぎない信念と探究心に深く感動しました。理学療法士としての確かな知識と、一人ひとりに真摯に寄り添う温かさ。その両輪が、多くの方の人生を前向きに変えていくのだを感じます。「延命より延動」という理念のもと、最期まで動ける体づくりを、ぜひより多くの方へ広めてください。大いに期待しています！

臼井 その通りです。当院の理念は、「延命より延動」——生きる時間より、「動ける時間」を延ばすこと。ですから私たちは、痛みを和らげるだけでなく、「自分の意思で動ける体」を取り戻すことを目指しています。「動ける人生」を誰もが生涯楽しめる社会へ。医療の限界と教育の空白を埋めることこそ、私たちのミッションです。そのために整体院では「不調の改善」を、リハビリジムでは「再発予防と動作の再教育」を担い、AI×医療リハ×教育の融合によって、体の使い方そのものを変えていきます。

正しい体の動かし方を伝える

嶋 痛みを緩和するだけで終わらせず、その先の「動ける体」へ導く流れがとても合理的ですね。「彩」さんならではの特徴はどこにあるとお考えですか？

臼井 当院では、AI姿勢分析による科学的な「見える化」と、理学療法士による専門的な「再教育」を融合しています。一時的な緩和ではなく、根本から体を整えることで、“動ける=生きる”という人生の本質的な価値を取り戻すサポートをしているんです。

嶋 AIを使った姿勢分析とは、どのようなものなのでしょうか？

臼井 AI姿勢分析では、骨盤の傾きや肩の高さの違い、重心の偏りなどをデータで把握し、筋肉の左右差や使えていない部分をお客様と一緒に確認します。現状を正確に理解したうえで、最適なメニューを組み立てていくんです。

嶋 不調の原因を可視化し、そこから根本改善へ導くわけですね。

臼井 はい。十分に使われていなかった筋肉を目覚めさせ、正しい動き方を思い出させることで骨格の歪みを整え、全身のバランスを取り戻します。人の体は“ボディースーツ”的な「筋膜」という組織で覆われています。筋膜は全身をつなぎ、動きをスムーズにしてくれますが、その性質ゆえに「筋肉が正しく使えていないのに、体は動かせる」ことがあるんです。「動けるから大丈夫」「痛くないから平気」と放っておくと、姿勢の歪みや体の痛みを招くこともあります。だからこそ、早い段階から正しい筋肉の使い方を学ぶことが何より重要なんです。

未来の健康寿命を育てる

嶋 お話から、臼井院長の根本改善への熱意が伝わってきます。

臼井 ありがとうございます。筋肉は一朝一夕で使えるようにはなりません。体に染みついたクセを正すには、ある程度の時間が必要です。ただ、どんな年齢でも諦める必要はありません。ストレッチやトレーニング、自宅でのセルフ運動を

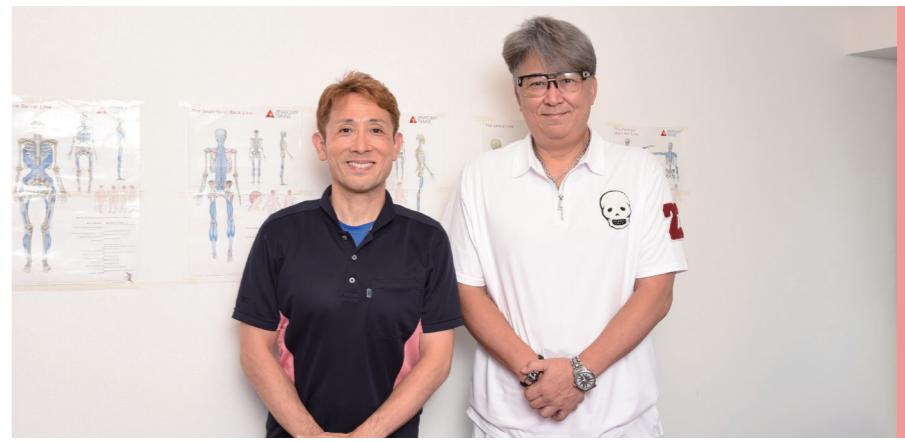
続ければ、体は確実に変わります。私はその過程を二人三脚で支えたいと思っています。

嶋 リハビリやトレーニングは「続けること」が何より難しいですよね。その壁を乗り越えるサポートをしてくださるのが「彩」さんの魅力だと感じます。お客様の体に変化が見られると、やはりやりがいを感じられますか？

臼井 ええ。通ってくださった方が「以前より長く歩けるようになった」と笑顔で報告してください、「先生の言っていたことはこういうことだったんですね」と納得してくださったりすると、本当に嬉しいんです。その変化に立ち会うたび、「この仕事をしていてよかった」と心から実感します。

嶋 アスリートだけでなく、一般の方にとっても体の仕組みを学ぶことはQOL向上につながりますよね。

臼井 おっしゃる通りです。腰痛や肩こりなどの痛みを「整えて終わり」ではなく、その先の「動ける体」「動ける人生」へ。正しい体の動かし方を伝え、未来の健康寿命を育てること、それが私たち「彩」の使命です。日本を“動ける社会”に。誰もが年齢を重ねても自分の足で立ち、行きたい場所へ行ける。その実現のために、AI姿勢分析・運動療法・教育プログラムを全国へ展開し、“延動文化”を社会に根付かせてていきます。



本八幡整体院 彩【IRODORI】 リハビリジム 彩

[Instagram]

〒272-0023
千葉県市川市南八幡4-4-26
グラントヒロ本八幡405
URL <https://ichikawa-seital-irodori.com/>