合同会社A.M-RISE

誰もが安心して通える地域密着型パーソナルジムづくり

合同会社A.M-RISEのジムでは、年齢や性別、障害の有無、身体機能に関わらず、一人ひとりが自分らしく健康づくりに取り組める環境づくりを大切にしています。現在は40代から80代まで幅広い年代の方にご利用いただいており、障害のある方や要介護認定を受けている方、歩行に不安のある方、慢性的な腰痛・膝痛に悩まれている方など、それぞれ異なる身体状況に合わせた個別運動指導を行っています。

障害や疾患があることを理由に運動を諦めるのではなく、「その方にできる運動」を一緒に考え、安全性を最優先にプログラムを作成しています。筋力を鍛えることだけが目的ではなく、歩く・立ち上がる・階段を上る・転倒を予防するといった日常生活動作（ADL）の維持・向上を重視し、自立した生活を少しでも長く続けられるよう支援しています。



また、運動経験のない方や体力に自信のない方でも安心して通えるよう、一人ひとりの既往歴や身体機能を丁寧に評価し、その日の体調も考慮しながら無理のない運動を提供しています。

さらに、小さなお子様連れでも安心して利用できるよう、子育て世代も安心して健康づくりに取り組める環境を整備しています。
私たちは、障害の有無や年齢、身体機能の違いによって運動する機会が制限されることのない社会を目指しています。これからも「誰もが安心して運動できる地域の拠点」として、一人ひとりに寄り添った運動支援を続け、共生社会の実現に貢献してまいります。

令和８年度登録

企業・団体情報
企業名：合同会社A.M-RISE
住所：東京都府中市宮西町4丁目13-1ハイムK102
概要：パーソナルトレーニングジムの運営
　　地域の健康増進活動
ＵＲＬ：https://www.gym-kenso.com/