

明日を変える、健康睡眠

RISE

健康睡眠で未来のサッカー選手をサポート クーバー・コーチング・ジャパン×ライズ 新プロジェクト始動 ～指導者に「アスリートと睡眠について」セミナーを開催～

機能性寝具を企画・製造・販売するライズTOKYO株式会社（本社：東京都港区 代表取締役社長 宮崎 誠司）は、2019年11月25日（月）、株式会社クーバー・コーチング・ジャパンとコラボレーションし、「アスリートをサポートする睡眠」をテーマとする新プロジェクトを始動いたします。

プロジェクトのキックオフとして開催した、クーバー・コーチングの指導法を正統に継承する全国のエリアマネジャーをはじめとした17名への健康睡眠セミナーでは、スポーツのパフォーマンスにとどまらず、子供の心身の成長や学力の向上における睡眠の重要性についてもお話いたしました。



明日を変える、健康睡眠



RISE

■取り組みの背景とプロジェクトについて

ライズでは、アスリートやトレーナーを対象に、睡眠セミナーの開催や高反発マットレス体験の機会を提供して参りました。アスリートにとって、睡眠環境の整備や睡眠習慣の改善はパフォーマンスの向上につながる極めて重要な要素と言えます。

今回の取り組みは、株式会社クーバー・コーチング・ジャパン 代表取締役 石橋慎二氏が、ライズの目指す「健康睡眠をすべての人に届けたい」という想いに、深く共感いただいたことで実現しました。プロジェクトでは、まず指導者が睡眠に関する正しい知識を身につけ、自身と、指導する子供たちの睡眠環境を整え、パフォーマンスに大きく影響する睡眠の質を上げる活動を行います。



セミナーの様子

■クーバー・コーチング・ジャパン 代表 石橋慎二氏のコメント

健康の3大要素は「食事・運動・睡眠」です。「睡眠」が大切だということは頭では理解していましたが、正しい情報を持っていなかったためこれまで指導に取り入れることができませんでした。今回、ライズとの出会いをきっかけに、日本人の睡眠時間が世界的にみて異常に少ない事実や、睡眠の質を高めることがトレーニングのパフォーマンスだけでなく、子供の成長そのものにも影響することを知り、大変貴重なパートナーに出会えたことを嬉しく思います。



株式会社クーバー・コーチング・ジャパン 石橋慎二氏（左）と、ライズTOKYO株式会社 宮崎誠司（右）

【「健康睡眠」プロジェクトについて】

ライズでは、単に高反発寝具を販売するだけでなく、睡眠の重要性や、高反発マットレスがもたらす睡眠の質向上と、日中の活動への優位性を伝える「健康睡眠プロジェクト」の活動を行っています。仕事や家事、育児、勉強や趣味のことに日々がんばるすべての生活者を“ライフ・アスリート”とお呼びし、「健康睡眠」を通じて心身ともに健康で、笑顔で過ごしてもらいたい、そんな想いを伝えています。プロジェクトのスペシャルパートナーには桑田真澄氏、製品開発アドバイザーには高橋尚子氏を迎え、ミーティングを重ねながらさまざまなセミナーや体験イベントなどを開催しています。

RISE
SLEEP OASIS
スリープオアシス

マットレス5cm
寝返りサポート枕



「3次元構造 高反発ファイバー」の特徴



【株式会社クーバー・コーチング・ジャパン 企業情報】

「クーバー・コーチング」とは、1970年後半、オランダ人指導者ウィール・クーバーが開発した革命的なサッカーの指導法のこと。その後1984年、その理念に触発されたアルフレッド・ガルスティアンとチャーリー・クックが「クーバー・コーチング」を設立し、40ヶ国以上で活動を展開している。日本では1995年、千葉県習志野市に開校。現在全国150校を超え、幼児・小学生・中学生の生徒約22,000名が在籍する日本最大級のサッカースクールを運営している。

事業内容 : サッカースクールの運営、フットサルコートの運営、
サッカーに関する技術指導、イベントの企画・運営、
サッカーに関する用品・用具などの輸出入及び販売

代表取締役社長 : 石橋 慎二

本社所在地 : 東京都港区南青山6-1-3 コレツィオーネ302

<公式サイト> <https://www.coerver.co.jp/>



【ライズTOKYO株式会社 企業情報】

世界中の人たちが睡眠を通じて健康的で快適な暮らしを実現できることを目指し、機能性に優れた良質な寝具を適正な価格で提供する寝具専門メーカー。

事業内容 : 寝具、インテリア用品及び繊維製品全般の輸入販売、製造、販売

代表取締役 : 宮崎 誠司

本社所在地 : 東京都港区東新橋二丁目12番1号 PMO東新橋5階

<会社概要> <https://www.risetokyo.jp/f/company/profile>

<公式サイト> <https://www.risetokyo.jp/>

<脳活すいみん> <https://kenko-suimin.jp/>

<スイミン・スイッチ> <https://suimin-switch.jp/>