

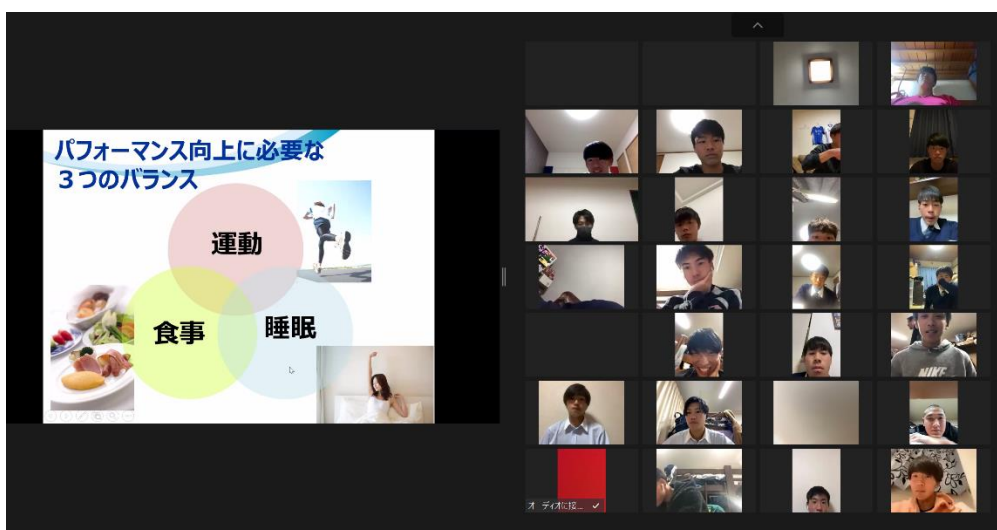
## 初の全国大会に臨む近江高校サッカー一部に対し 「快眠セミナー」を西川株式会社と共同で開催

「スポーツと教育」「スポーツを通じた社会課題の解決」をテーマに、サッカーの育成・普及に関わる様々な事業を展開する株式会社イースリー（所在地：東京都千代田区、代表取締役 CEO：小野寺 徹也）は、西川株式会社（所在地：東京都中央区日本橋富沢町、代表取締役社長：西川 八一行）と共同にて、私立近江高校サッカー一部（滋賀県）向けに「快眠セミナー」を開催しました。

### ■高校サッカー全国大会に初出場する近江高校のパフォーマンスをサポート

年末に行われる高校サッカー全国大会への初出場を決めた近江高校の選手と保護者に向けて、オンラインで睡眠の重要性を紹介する「快眠セミナー」を行いました。

今回のセミナーは、「選手には色々な角度からパフォーマンス向上につなげて欲しい。現役時代から睡眠は長さ以上に質が大事だと思っていたので、知識を得て良いプレーに繋げて欲しかった」と話す近江高校・前田高孝監督の働き掛けによるもの。西川の創業の地が近江高校のある滋賀県だった縁もあり、「全国大会に挑む選手の役に立てて欲しい」との想いによって実現しました。



### ■サッカー部員全員が「睡眠への意識を変えたい」と回答

事前のアンケートからチーム内で「ぐっすりと眠れている」と答えた選手は46名、全体の56%でした。

セミナーを受講した選手たちからは「今回の話を聞いて生活習慣・睡眠への意識を変えてみたい」とサッカー部全員が回答し、主に「起床時に光を浴びること」、「入浴方法」を取り入れたいという回答を得ることができました。

### ■セミナーを受講した選手の声

#### ●近江高校サッカー部キャプテン・森雄大選手(3年)

「しっかり眠れていない時は身体が重く動けていませんでした。これまでも規則正しい睡眠リズムを心掛けていましたが、それでも朝と寝る前の行動までは気をつけることができていなかったため、セミナーを機にこれまで

の行動を見直したいと思います。」

●松下東矢選手(3年)

「元々、しっかり睡眠時間を確保すると共に、怪我がちな身体への負担を減らすためマットレスにも拘ってきました。今回のセミナーでは副交感神経を高める重要性を学び、今後はアロマオイルも使っていきたいと思います。遠征先のベッドは固すぎたりして疲れが取りきれないと感じていました。学校で導入した[エアータブル]モバイルマットは、身体がしっかり支えられている感じがしました。今後も使ってみたいと思います。」

※同セミナーの様子はイースリーが運営する高校サッカー部員向けメディア:ヤンサカにて掲載されています。  
(当該記事 URL)

[https://yansaka.com/gachi/post\\_004151.html](https://yansaka.com/gachi/post_004151.html)

■[エアータブル]モバイルマットとは



[エアータブル]モバイルマットは、アスリートの遠征、ビジネスマンの出張など、外泊時のホテルなどで快適な眠りを提供する持ち運び用の[エアータブル]です。この一枚をプラスするだけで、[エアータブル]の機能を発揮、快眠をサポートします。

■ヤンサカとは



ヤンサカは日本一詳しくサッカー部員の日常を伝える部活応援メディアです。学校や練習場に直接訪問し、様々な高校サッカー部員の日常や本音を取材し伝え、サッカーへの熱い思いから、サッカー部員の本音が読めるスマホメディアとなっています。

<https://yansaka.com>

【株式会社イースリー概要】

所在地: 東京都千代田区九段南 2-4-11 HIVE TOKYO 703

設立日: 2003年8月8日 代表: 代表取締役 CEO 小野寺 徹也 URL: <http://www.e-3.jp/>

事業内容:

- ・メディア事業(Spike!, サカイク, COACH UNITED、ヤンサカ等)
- ・リアル事業(フットサル大会運営、サッカースクール・キャンプ・イベント運営等)
- ・リテール事業(タニラダー、知のサッカー等オリジナル商品の企画・販売等)

【本件に関するお問い合わせ先】

企業名: 株式会社イースリー

担当者名: 平木 千尋

Email: [info@e-3.jp](mailto:info@e-3.jp)



※新型コロナウイルス感染防止のため在宅勤務を実施中です。お手数お掛けしまして大変申し訳ありませんが、お問い合わせにつきましてはメールにていただきますようお願いいたします。