

2025 年 7 月 吉日

■ 報道関係者各位 ■

一般社団法人日本リカバリー協会

育成年代アスリートの保護者向けオンラインセミナー ～夏の疲れ、パフォーマンスに直結～ 「保護者が知っておくべき 体のケア方法！」開催

一般社団法人日本リカバリー協会（所在地：神奈川県厚木市、代表理事：片野秀樹、以下「当協会」）は、「Sgrum（スグラム）」（スクール・部活動のための運営管理アプリ）協力による、育成年代アスリートの保護者向けオンラインセミナーを 2025 年 7 月 17 日（木）に開催することをお知らせいたします。



スポーツされるお子様の
保護者・指導者向けセミナー

夏の疲れ、パフォーマンスに直結

保護者が知っておくべき 体のケア方法！

一般社団法人日本リカバリー協会
主席研究員
春木 完堂

GUEST:
元箱根駅伝ランナー
YouTuber たむじょー

参加
無料

2025
7.17 木

19:00～20:00

オンライン開催 | 見逃し配信あり

■ 開催の背景

近年、スポーツ界全体で「休養」の重要性が認識される中、育成年代（小学生～高校生）における疲労管理や適切な休養の重要性が見過ごされがちな状況にあります。特に夏場は暑さによる疲労が蓄積しやすく、若いアスリートのパフォーマンスや成長に大きな影響を与える可能性があります。本セミナーでは、元箱根駅伝ランナーのたむじょー氏をゲストに迎え、日本リカバリー協会の春木完堂氏とともに、科学的根拠に基づいた子どもの疲労の実態と効果的な回復方法について解説いたします。

■ 開催概要

- ・ 開催日時：2025 年 7 月 17 日（木）19:00～20:00
- ・ 参加費：無料
- ・ 開催形式：Zoom ウェビナー
- ・ お申し込み方法 以下の URL からご登録後、Zoom の情報をお送りいたします。

<https://service.sgrum.com/events/20250717>

■ こんな方におすすめです

- ・小・中・高校生のお子さんがいらっしゃる保護者の方
- ・小・中・高校生と関わる指導者の方

■ トークテーマ（予定）

- ・ジュニア年代の保護者向けアンケートから判明した子どもの疲労の実態
- ・パフォーマンスのために必要な休養や睡眠について
- ・夏場の疲労対策・休養について

■ 登壇者紹介

一般社団法人日本リカバリー協会 主席研究員 春木 完堂 氏

元広告代理店でスポーツとファッションのマーケティングに携わり、現在は一般社団法人リカバリー協会の理事、及び株式会社ベネクスでのマーケティング領域のサポートを務める。スポーツの現場でのリカバリー・休養の啓発と活用、並びに新たなビジネス創出の活動を行っている。

元箱根駅伝ランナー / YouTuber たむじょー 氏

中学時代から陸上競技で頭角を現し、市立船橋高校を経て帝京大学在学中には箱根駅伝 8 区や全日本大学駅伝 1 区を走るなど実績を重ねました。

大学卒業後、ランニングとコメディを融合した YouTube チャンネル「たむじょー Tamujo」を開設し、登録者数は 15 万人を超え（2025 年 6 月時点）、多くの人に陸上やスポーツの楽しさを伝えています。

また、自身で立ち上げたランニングコミュニティ「ONE SHIP」では、ランニングコーチとして指導も行っています。

※本セミナー協力の「Sgrum（スグラム）」について

株式会社ユーフォリアが展開する「Sgrum（スグラム）」アプリは、スポーツ団体や習い事教室、自治体や総合型地域スポーツセンター（部活動の地域展開）などを中心に約 2,000 加盟店（2024 年 11 月時点）に利用されているスクール・部活動のための運営管理アプリです。国内の 40 以上のプロスポーツ団体のスクールやアカデミーが指導者と保護者を繋ぐアプリとして活用されています。会員との連絡網機能を基盤に、月謝徴収ができる「オンライン決済（クレジットカード・コンビニ支払い）」サービス、チーム内でグッズやユニフォームの販売管理ができる「物販機能」など、スクール運営に必要なサービスがアプリを通じて提供されています。

詳細はこちら：<https://service.sgrum.com>

【一般社団法人日本リカバリー協会 概要】

所在地：神奈川県厚木市中町 4-4-13 浅岡ビル 4 階

会 長：渡辺恭良（神戸大学大学院科学技術イノベーション研究科特命教授、理化学研究所名誉研究員、大阪公立大学健康科学イノベーションセンター顧問、大阪市立大学名誉教授、一般社団法人日本疲労学会 理事長、一般社団法人脳体力振興協会理事長、Integrated Health Science 株式会社 代表取締役 CEO）

副会長：水野敬（神戸大学大学院科学技術イノベーション研究科 特命教授、大阪公立大学健康科学イノベーションセンター 特任教授/副所長、一般社団法人日本疲労学会 理事/事務局長）

顧 問：大谷泰夫（神奈川県立保健福祉大学 理事長、元内閣官房参与）

松木秀明（東海大学 名誉教授、健康評価施設査定機構 理事）

田爪正気（東海大学 健康科学部元教授）

代表理事：片野秀樹 博士（医学）（博慈会老人病研究所客員研究員、Genki Vital Academy 顧問）

提携：ゲンキ・バイタルアカデミー（ドイツ）

URL：<https://www.recovery.or.jp/>

【リハビリの定義】

心身の活動能力の減退した機能を回復し、休養をもって生理的・心理的資本である活力を蓄えて次に備えることである。

＜報道関係者お問い合わせ先＞



一般社団法人日本リハビリ協会

メール：info@recovery.or.jp