

**プロ野球チーム・オイシックス新潟アルビレックスBC選手の約64%が1回のセミナーのみで練習や睡眠での変化を実感。
第二回呼吸最適化セミナー開催&深い呼吸の習慣化サポートデバイス「ston s（ストーンエス）」の導入開始**

深い呼吸の習慣化サポートデバイス「ston s（ストーンエス）」を開発するBREATHER株式会社（本社：東京都港区、代表者：代表取締役 御神村友樹、以下、BREATHER）は、2024シーズンからオイシックス新潟アルビレックス・ベースボール・クラブのオフィシャルコンディショニングパートナー（オフィシャルスポンサー）に就任しています。その取り組みの一環として、昨年に引き続き呼吸コンサルタントでBREATHERのアドバイザーを務める大貴崇氏を講師に迎えて、呼吸最適化セミナーを開催いたしました。昨年のセミナー実施後には、セミナーを受講した中山翔太選手が「7試合連続安打」を記録するなど、呼吸最適化の効果を実感いただけました。

※参考記事：[呼吸最適化後、7試合連続安打!?呼吸最適化・深い呼吸の習慣化がアスリートにもたらすメリットと重要性を紹介](#)

第二回目となる今回のセミナーには選手、コーチ陣、スタッフ総勢で約40名の方に参加いただきました。実施後のアンケートでは約90%の方々が満足または非常に満足と回答、約64%がセミナー後に練習や睡眠での変化を感じたと回答、「上半身の回旋がでやすくなった」「よく寝れた」などのコメントもいただき、アスリートにとっての呼吸の重要性を実感いただきました。

また希望選手には心身のコンディショニングを目的に、深い呼吸の習慣化サポートデバイス「ston s（ストーンエス）」の導入も開始。ston s（ストーンエス）をアスリートとして活用する理由として「カフェインやGABAは日頃の練習やリラックス時に使えたら良いなと思ったから」「呼吸も意識できるし気分転換にもいいかなと思ったから」などのコメントもいただきました。



<実施概要>

- タイトル : 第二回呼吸最適化セミナー開催& ston s (ストーンエス) の導入開始
主催 : BREATHER株式会社
講師 : 呼吸コンサルタント・アスレティックトレーナー 大貫崇氏
会場 : ホテルワイナリーヒル 中伊豆
日時 : 2025年2月20日 (木)
実施内容 : 選手、スタッフ向けに1時間ほどの講義とエクササイズ実践指導、ston s (ストーンエス) 活用開始に伴う説明会を実施

<呼吸最適化セミナー及びston s (ストーンエス) 活用開始の様子>

①座学



- ・一般的な、呼吸の重要性について
- ・アスリートにとっての、呼吸の重要性と課題について

②呼吸の現状把握と呼吸トレーニング



- ・呼吸スコアの簡易計測
- ・きほんの呼吸®体験
- ・練習前や睡眠前に実践できる呼吸エクササイズの実施

③ston s (ストーンエス) 導入開始



- ・希望選手へのston s（ストーンエス）導入
※中山翔太選手も活用

■呼吸コンサルタント アスレティックトレーナー 大貫崇氏

株式会社BP&CO.代表取締役 (<https://bpandco.net/>)

呼吸専門サロン ぷりーずぷりーず 店主

大阪大学医学系研究科運動器スポーツ健康科学共同研究講座 特任研究員

Improve KYOTOアドバイザー

■オイシックス新潟アルビレックスBC概要

オイシックス新潟アルビレックス・ベースボール・クラブ（運営会社：株式会社新潟アルビレックス・ベースボール・クラブ）は、BCリーグ創設とともに誕生したプロ野球チームです。経営理念である「“ふるさとのプロ野球”による地方創生」のもとで、新潟県の地域活性化と新潟県への地域貢献を実現し、地方創生に寄与するべく各種活動を展開しています。

オイシックス新潟アルビレックスBC公式サイト

<https://www.niigata-albirex-bc.jp/>

■BREATHER株式会社概要

会社名 : BREATHER株式会社（ブリーザー株式会社）

所在地 : 東京都港区赤坂5丁目2-33

設立年 : 2019年

資本金 : 1億円

代表者 : 代表取締役 御神村友樹

事業内容 : 深い呼吸の習慣化を目的としたデバイス「ston」ファミリーの企画、開発等

WEBサイト : <https://www.breather.co.jp>

公式ECサイト : <https://official-store.breather.co.jp/>

■深い呼吸の習慣化サポートデバイス「ston」ファミリーの代表的なブランド「ston s (ストーンエス)」

BREATHERはひと休みをアップデートさせるべく、「働き方改革」改め、「休み方改革」を社是とし、『自分の「とき」を生きる、すべての人をサポートする』ことを企業フィロソフィーとして掲げております。お客様一人ひとりの心豊かなライフスタイルを実現するため、深い呼吸の習慣化を目的としたデバイスの開発、販売を実施してまいりました。本製品の提供価値は、お客様が日々、無意識に行う呼吸を、意識下に置いた「良質な呼吸体験」に変化させることで、リラクゼーション機会を提供していくことです。当社は、「ston (ストーン)」や「ZORN (ゾーン)」の開発をしてまいりましたが、「ston s (ストーンエス)」はもっと気軽にお楽しみいただける製品として開発しました。2022年2月7日(月)から発売、多くのユーザーに支持され、現在LINE友だち18.2万人に到達しています。

※2024年7月31日時点

