

## 9月8日は「休養の日」 休養の新時代、みんなでつくる「休養ガイド 2025」 ～休養学が提案する、現代人のためのウェルネスガイド～

一般社団法人日本リハビリ協会（代表理事：片野秀樹）は、9月8日「休養の日」に合わせ、休養啓発キャンペーン「休養ガイド 2025」を開催することをお知らせいたします。本キャンペーンでは、休養学の観点から日本独自のウェルネス資産を再発見し、最新の休養トレンドを発信。「リハビリ行動トレンド 2025」の発表や、SNS キャンペーン「人に薦めたいあなたの休養」の展開を通じて、伝統的な休養文化と最新テクノロジーの融合による新しい休養のあり方を提案します。本取り組みを通じて、休養に関するリテラシーを高め、社会全体の活力向上を目指してまいります。



### 【休養ガイドとは】

「休養ガイド 2025」は、休養学の観点から日本独自のウェルネス資産を再発見し、休養の啓発と最新の休養トレンドを発信するイベントです。日本の伝統的な休養文化と最新の休養テクノロジーを国内外に紹介しながら、休養に関するリテラシーを高め、社会全体の活力向上を目指します。

### 【「休養の日」について】

9月8日の「休養の日」は、「休(9)養(8)」の語呂合わせから一般社団法人日本リハビリ協会が制定した記念日です。単なる休息ではなく、「積極的な休養＝リハビリ」の重要性を広く伝えることを目的としています。

### 【キャンペーン内容】

1. リハビリ行動トレンド 2025 の発表  
休養・抗疲労に関する 15 のトピックスを発表

最新の休養トレンドと市場動向を分析

## 2. 休養ガイド web サイトでの情報発信

9月8日より順次公開

休養ガイド web サイト：<https://www.recovery.or.jp/recovery2025/>

## 3. SNS キャンペーン

テーマ：「人に薦めたいあなたの休養 #休養 Guide2025」

VENEX 公式 X アカウント：[https://x.com/venex\\_jp](https://x.com/venex_jp)

実施期間：2025年9月8日(月)～9月30日(火)

参画企業：株式会社ベネクス、アサヒ飲料株式会社、味の素株式会社

休養ガイド大賞、企業賞の選定・表彰

### 【X 応募方法】

1. VENEX 公式 @VENEX\_jp をフォロー

2. 「#休養 Guide2025」をつけて人に薦めたい #休養スポット or #休養サービス or #休養グッズのいずれかコメントを書いて投稿!

3. 本 POST のリポスト、いいねで確率 UP

### 【運営体制】

主催：一般社団法人日本リハビリ協会

協賛：株式会社ベネクス、アサヒ飲料株式会社、味の素株式会社

本キャンペーンを通じて、現代社会における休養の重要性を再認識し、心身の健康増進に寄与する新たな休養文化の創造を目指してまいります。

### 【一般社団法人日本リハビリ協会 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、理化学研究所生命機能科学研究センター名誉研究員/客員主管研究員、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）

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、理化学研究所生命機能科学研究センター 客員主管研究員、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/センター副所長、一般社団法人日本疲労学会 理事）

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](mailto:info@recovery.or.jp)