

「MINDFULNESS NOW～マインドフルネスの今を俯瞰する～」を9月14日に永田町 GRiD にて開催

～ マインドフルネスの最前線に立つスピーカーが一挙集結！「マインドフルネスの今」を語る～

株式会社 Melon(本社:東京都港区、代表取締役:橋本大佑)は、マインドフルネスの今を学ぶことができるセミナー「MINDFULNESS NOW ～マインドフルネスの今を俯瞰する～」を2019年9月14日(土)に開催致します。

【URL】<https://mindfulness-now.peatix.com>

MINDFULNESS NOW
マインドフルネスの今を俯瞰する
9.14 NAGATACHO GRiD PRESENTED BY MELON
マインドフルネスの最前線に立つスピーカーが一堂に会し、その現状を語る!



「MINDFULNESS NOW ～マインドフルネスの今を俯瞰する～」

マインドフルネスに関わる各分野の一線で活躍するスピーカーを招き、いま現場で何が起きているのか、その実態を共有して頂きます。海外でのマインドフルネスへの取り組みや、本やメディアでまだ取り上げられていない裏話を聞ける機会をご提供させていただきます。

- 登壇予定:
- 久賀谷亮 医師(日・米医師免許)/医学博士
(著書:世界のエリートがやっている 最高の休息法 etc.)
 - 川上全龍 京都・妙心寺春光院副住職
(著書:世界中のトップエリートが集う禅の教室)
 - 岸本早苗 MBSR・MSC 講師 京都大学大学院医学研究科 客員研究員
 - 伊藤公健 元株式会社ヨギー代表取締役 CEO
 - 中村悟 ヤフー株式会社 マインドフルネス・メッセンジャーズ

吉田昌生 一般社団法人マインドフルネス瞑想協会代表理事

(著書：一日 10 分で自分を浄化する方法 マインドフルネス瞑想入門 etc.)

「MINDFULNESS NOW ～マインドフルネスの今を俯瞰する～」実施の背景

この数年の間に「マインドフルネス」という言葉は一般にも広く浸透してきました。一方でマインドフルネスに関わる分野は、経営、医療、教育、宗教、ライフスタイルなど幅広く、それぞれのフィールドで今のような取り組みが行われているのか、一般にはあまり認知されていない部分も多いのではないのでしょうか。本イベントではマインドフルネスに関わる各分野の一線でご活躍されている方々をスピーカーに招き、「マインドフルネスの今」をご紹介して頂きます。またパネルディスカッションでは各分野を横断するテーマに関して自由に意見交換をして頂きます。

プログラム

- 12 時 30 分 開場・受付開始
- 13 時 00 分 セミナー開始
- 13 時 10 分 登壇者プレゼンテーション
- 15 時 30 分 パネルディスカッション
- 16 時 30 分 終了予定

登壇者プロフィール

【登壇予定者】



久賀谷亮 医師(日・米医師免許)/医学博士

イェール大学医学部精神神経科卒業。アメリカ神経精神医学会認定医。アメリカ精神医学会会員。日本で臨床および精神薬理の研究に取り組んだ後、イェール大学で先端脳科学研究に携わり、臨床医としてアメリカ屈指の精神医療の現場に 8 年間にわたり従事する。そのほか、ロングビーチ・メンタルクリニック常勤医、ハーバーUCLA 非常勤医など。2010 年、ロサンゼルスにて「TransHope Medical」を開業。同院長として、マインドフルネス認知療法や TMS 磁気治療など、最先端の治療を取り入れた診療を展開中。臨床医として日米で 25 年以上のキャリアを持つ。著書:「世界のエリートがやっている 最高の休息法」「脳が老いない世界ーシンプルな方法」(ダイヤモンド社)、「無理なくやせる”脳科学ダイエット”」(主婦の友社)、「脳から身体を治す」(朝日新聞社)



川上全龍 京都・妙心寺春光院副住職

米・アリゾナ州立大学で宗教学を学んだ後、宮城県の瑞巖寺にて修行を行う。2007年より春光院の副住職として、国内外の企業、大学、学会やイベント(MIT、ブラウン大学、HBS、INSEAD、Mind & Life InstituteのISCR、TEDx他)などで禅やマインドフルネスの講演やワークショップを行う。現在、慶應大学大学院のKeio Media Designの研究者でもある。また2008年からは米日財団の日米リーダーシッププログラムのフェローとしても活躍。著書「世界中のトップエリートが集う禅の教室」(角川書店、2016年)



岸本早苗 MBSR・MSC 講師 京都大学大学院医学研究科 客員研究員

臨床心理士。外資系経営コンサルティングファームにて、医療機関の経営戦略立案及び業務構造改革プロジェクト参画、および国内の産婦人科にて、心理臨床後に、ハーバード公衆衛生大学院修士課程へ留学。卒業後、同メディカルスクール産婦人科教室/マサチューセッツ総合病院産婦人科専任の医療の質管理者として勤務。マサチューセッツ州 The Institute for Meditation and Psychotherapyにて、マインドフルネス&心理療法認定プログラムを修了。帰国後、マインドフルネスストレス低減法 MBSR のほか、国内初のマインドフルセルフ・コンパッション MSC を2016年より教える。京大とハーバード大学の国際共同研究として遠隔オンラインのマインドフルネス介入研究を行っているほか、患者さんに対してマインドフルネス、セルフ・コンパッションを統合した心理臨床や、医療従事者や医療機関、英国大使館・総領事館、職能団体等への研修も行なっている。



伊藤公健 元株式会社ヨギー代表取締役 CEO

1979年生まれ。東京大学大学院(工学系建築)修了後、マッキンゼー(東京・フランクフルトオフィス)を経て、ベインキャピタルにてPE投資・経営支援活動に従事。ベインキャピタル退職後、日本初のサーチファンド活動がきっかけで株式会社ヨギーを買収し4年間経営リード。現在は複数の企業の取締役・顧問を勤めつつ、中小企業M&A

を目指す若者をサポートする活動を行う。



中村悟 ヤブー株式会社 マインドフルネス・メッセンジャーズ

ヤブー株式会社 マインドフルネス・メッセンジャーズ。マインドフルネス、メタ認知はビジネスパーソンの必須スキルであり、継続的なトレーニングの必要性に気づいた。自ら実践者として、社内展開をリードしつつ、社外への講演、体験会も積極的に行い、これまでに約 2500 人以上にお届けしてきた。個人事業としても、企業展開を支援している。



吉田昌生 一般社団法人マインドフルネス瞑想協会代表理事

20代で精神的にバランスを崩し瞑想に出逢う。ヨガのメンタル調整効果に感動し、世界 38 カ国以上を巡り、様々な瞑想、ヨガを実践する。2015 年「一日 10 分で自分を浄化する方法 マインドフルネス瞑想入門」を出版。誘導 CD が評価され Amazon1 位(倫理学入門、自己啓発部門)になる。現在は、一般社団法人マインドフルネス瞑想協会を設立し、ヨガクラス、養成講座、企業研修を全国で開催。オンライン講座「マインドフルネスアカデミー」には、のべ 400 名が参加。2019 年、石垣島に移住。著書:「一日 10 分で自分を浄化する方法 マインドフルネス瞑想入門」WAVE 出版、「1 分間瞑想法」フォレスト出版、「マインドフルネス 怒りが消える瞑想法」青春出版他。

【イベント実施概要】

イベント名:「MINDFULNESS NOW ~マインドフルネスの今を俯瞰する~」

開催日時:2019 年 9 月 14 日(土) 13:00-16:30

会場名:永田町 GRiD

アクセス:〒102-0093 東京都千代田区平河町 2-5-3 Nagatacho GRiD

東京メトロ 半蔵門線・南北線・有楽町線「永田町駅」4 番、9 番b出口より徒歩 2 分

申し込み方法:インターネット予約サイト(<https://mindfulness-now.peatix.com/>)

参加費:5,000 円(8 月 15 日までの早割チケット 通常チケット 8,000 円)

株式会社 Melon について

株式会社 Melon はマインドフルネス瞑想を実践する「場」を提供するために設立されたスタートアップです。「マインドフルネスや瞑想の効果は分かっているんだけど、なかなか継続できない。」というお客様の課題に対し、専門のスタジオでマインドフルネス瞑想を継続的に学ぶ仕組みを開発しています。弊社は「メディテーション・カルチャーを創る」をミッションに掲げ、全てのお客様の QOL 向上のためマインドフルネス瞑想の普及を目指しています。



【会社概要】

会社名: 株式会社 Melon

所在地: 東京都港区南青山 4-15-27

代表者: 橋本 大佑

設立: 2019 年 4 月

URL: <http://www.the-melon.com>

事業内容: マインドフルネス瞑想のスタジオ運営

【お客様からのお問い合わせ先】

TEL: 03-4400-1230 (平日 9:00~17:00)

e-mail: info@the-melon.com

【本リリースに関する報道お問い合わせ先】

株式会社 Melon 橋本

TEL: 03-4400-1230

e-mail: info@the-melon.com