

全国すべての小学校・中学校・高校にマインドフルネスを導入。日本を世界幸福度ランキングで世界1位にします。

企業研修やアスリート支援で培ったノウハウを教育現場へ。未来を担う子どもたちとその先生たちにマインドフルネスを指導

当社は、「April Dream 4月1日は、夢の日。」に参加しています。
このプレスリリースはMELONの April Dream です。

マインドフルネスのオンラインプログラム・スタジオ運営・企業研修や各種講演を全国展開する株式会社Melon（東京都港区、代表取締役：橋本大佑、以下MELON）は、全国すべての小学校・中学校・高校にマインドフルネス・プログラムを提供、マインドフルネスによるEQの向上を促進し、日本を世界幸福度ランキングで世界1位にします。

日本を世界幸福度ランキングで
世界1位にします。

AprilDream
4月1日は、夢の日。



世界幸福度ランキングとは

世界幸福度ランキングとは、国連の関連機関が世界156カ国を対象に調査し、毎年3月20日の世界幸福デーに発表するランキングで、今年日本のランキングは62位（World Happiness Report 2020より）。

日本の順位は、開始された2012年の40位が最高で、その後、2013年が43位、2015年が46位、2016年が53位、2017年が51位、2018年が54位、2019年が58位と年々低下傾向にあり、調査開始以来、常に先進国で最低の順位です。また、幸福度を測る指標としては、GDPや健康寿命、社会的自由などがありますが、その中でも特に「寛容さ」が日本は156カ国中92位と非常に低い状況にあります。

寛容さを上げるカギはEQ

EQ（Emotional Intelligence Quotient）とは心の知能指数とも呼ばれ、自分の感情を調整する能力、他人の感情を理解する能力、社会に適応し自分を上手に表現する能力とされ、世界経済フォーラム（通称：ダボス会議）において「2020年に必要なビジネススキル」の第6位にも入る注目スキルです。MELONでは、このEQが寛容さと密接に関係するスキルと考えており、EQを伸ばすことが寛容さ、ひいては幸福度を上げるカギになると考えています。世界のEQランキング（Six Seconds 2018）において、残念ながら日本は世界最低レベルです。

EQはマインドフルネスの実践で向上できる

EQはマインドフルネスの実践によって高まることが知られています。MELONが法人プログラムを提供した企業においても、仕事のパフォーマンス向上と並んで感情調整力の向上、すなわちEQの向上を実感するとフィードバックが最も多く寄せられており、これまでのビジネスマンやアスリートにおける実証結果を踏まえ、今後より多くの領域へマインドフ

ルネスを広げていくことは、MELONが担うべき使命であると考えています。

企業研修やアスリート支援で培ったノウハウを教育現場へ

海外では教育現場へのマインドフルネスの導入は既に始まっており、アメリカでは2016年から小学校で、イギリスでは5,000人以上の教師が、メキシコのアオハカ州では教育大臣の施策によって既に24,000人の学生がマインドフルネスを学んでいます。また、ブラジルでは正式に国内すべての公立中学、高校（全4,800校、4,500万人）に瞑想を導入することが決まり、現在計画が進行しています。一方で、前述のとおり、日本におけるEQや幸福度は低いレベルにとどまっており、MELONがこれまで多くの企業研修やアスリートの支援で培ったノウハウを今後、教育現場へ展開していくことは社会的にも意義深く、これからの未来を担う子どもたちとその先生たちにマインドフルネスを身につけてもらうことが、日本人のEQや幸福度の底上げに繋がると考えました。



全国すべての小中高校へインストラクターを派遣します

全国のスタジオや企業の中で日々マインドフルネスを広めるMELONのインストラクターが、全国すべての小学校、中学校、高校で、子どもたち及び先生たちのために、マインドフルネスが習慣化し、ライフスキルとして身につくまで丁寧にサポートします。そして、毎年3月20日の世界幸福デーで発表される日本の幸福度ランキングを上昇させ、2030年の世界幸福度ランキングで日本を世界1位にします。

「April Dream」は、4月1日に単に笑えるネタではなく、実際に企業が叶えようとする夢を発信いただくPR TIMESによるプロジェクトです。

<https://prtimes.jp/aprildream/>

株式会社Melonについて

「MELON」は、米国の大学や研究機関で効果が認められたエビデンスをベースに、初心者にも取り組みやすく、継続しやすい、科学的なアプローチに基づいたマインドフルネス・プログラムを開発し、法人・個人のお客様に提供することを目的に設立されたスタートアップです。日本中に“メディテーションする場”をつくり、マインドフルネス・カルチャーを広め、すべての日本人のウェルビーイングを向上させることをミッションとして活動しています。

[株式会社Melon 会社概要]

会社名：株式会社Melon

所在地：東京都港区南青山4-18-21 南青山スカイハイツ113

代表者：代表取締役 CEO 橋本 大佑

設立：2019年4月22日

URL：<https://www.the-melon.com>

当プレスリリースURL

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000006.000047366.html>

株式会社Melonのプレスリリース一覧

https://prtimes.jp/main/html/searchrlp/company_id/47366

【本件に関する報道関係者からのお問合せ先】

株式会社Melon 広報担当：橋本

電話：03-4400-1230 メールアドレス：daisuke.hashimoto@the-melon.com