

2021年8月2日
株式会社 経営者 JP

【KEIEISHA TERRACE セミナー】

経営者・リーダーのためのマインドフルネス入門

株式会社 経営者 JP(東京都渋谷区、代表取締役社長・CEO 井上和幸)が運営する会員制プラットフォーム「KEIEISHA TERRACE」(<https://keieishaterrace.jp>)では、経営幹部やリーダーの方を対象として8月24日(火)にオンラインセミナーを開催します。



グローバルで経営者やリーダーたちに注目のマインドフルネス。日本の先進企業でも研修や社員向け福利厚生にも取り入れられるケースが増えています。一方では、「マインドフルネスってよく聞くけど、どのようなものなのかよく分からない」「禅とは違うの?」「実際にはどのようにやればよいの?」という方もまだ少なくないようです。

そこで今回、マインドフルネスのオンラインプログラムを法人向け、個人向けに提供する株式会社 Melon の代表取締役橋本大佑氏に、

- ・マインドフルネスとは何か?
- ・こんなときにマインドフルネスは効果的
- ・マインドフルネスの実践方法

といったお話とオンラインでのマインドフルネス体験セッションを開催していただくことになりました。

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、継続しやすいマインドフルネスプログラムを日本で普及させることをミッションとしている橋本氏のオンラインセミナーで、ぜひ本物のマインドフルネスに触れてみてください。

■講師プロフィール

橋本 大佑氏（株式会社 Melon 代表取締役）

早稲田大学卒業後、シティグループ証券投資銀行本部を経て、米系資産運用会社、オークツリー・キャピタル・マネジメントで日本株運用に携わる。15年間の外資金融でのキャリアの中で、マインドフルネス瞑想を継続し効果を実感。2019年に株式会社 Melon を設立し、日本初のオンライン・マインドフルネスのプラットフォーム「MELON ONLINE」をスタート。法人向けのマインドフルネス研修やイベント登壇、個人向けの講演など各方面でマインドフルネスを広める活動を継続中。

■実施内容

【KEIEISHA TERRACE セミナー】

経営者・リーダーのためのマインドフルネス入門

日時:8月24日(火)18:30-20:00

対象:経営者・幹部層・リーダー層各位

定員:100名

場所:zoomにて配信いたします。

受講料:無料

URL:<https://keieishaterrace.jp/seminar/detail/17547/>

※業界関係者、競合企業の方の参加はお断り申し上げます。

<予定プログラム>

- なぜ今マインドフルネスが注目されているのか？
- マインドフルネスの効果・研究
- 世界中の経営者が実践するマインドフルネス
- 次世代のリーダーに求められる EQ (心の知能指数)とは
- マインドフルネス体験セッション
- Q&A

<このような方におすすめ>

- マインドフルネスとはなにかを知りたい経営者、リーダー各位
- マインドフルネスの効果(集中力の改善、睡眠の質の向上、脳疲労の解消、共感力の向上、心の安定など)について詳しく知りたい経営者、リーダー各位
- 日常のモヤモヤを解消したい、パフォーマンスを向上させたい経営者、リーダー各位
- マインドフルネスの実践方法を知りたい経営者、リーダー各位

■KEIEISHA TERRACE について

「KEIEISHA TERRACE」は様々な業種・業態・企業ステージでご活躍中の志高き経営者・経営幹部・次世代リーダー各位が集い、学び、相互に刺激し合うための各種の情報、セミナー、イベント等をご提供するプラットフォームです。

会員制サイトでの情報ご提供や発信を軸に、一方通行の情報やサービス展開に留まらず、会員の皆様同士や情報発信者である著名経営者・識者・専門家各位と出逢い、交流し、相互に刺激し合い研鑽する様々な場や仕組みを提供いたします。

■株式会社 経営者 JP について

<http://www.keieisha.jp/>

弊社は、明日の日本を担う志高き経営者・リーダーを育成・輩出するための「集い、学び、執行する最高の場」を提供すべく4事業を展開しております。

- ・エグゼクティブサーチ事業(経営層特化の人材紹介)
- ・コンサルティング事業(組織・人材・経営コンサルティング、講師・顧問派遣、EQ コンサルティングサービス)
- ・セミナー事業(経営者・リーダー対象セミナーの主催)
- ・会員事業(志高きリーダーの会員組織の主催運営、コンテンツ提供・物販)

■本件に関する問い合わせ先

株式会社 経営者 JP・セミナー運営事務局 佐藤・金子 <https://www.keieisha.jp/contact/>

E-mail:info@keieisha.jp