

ハピネスフォーラム in 沖縄

日程:2016年11月4日・5日

会場:4日 5日

参加人数:12名

進行:株式会社ウェイアンドアイ 馬橋 和弘/粟野 智子

概要:

●初日(11月4日) 会場:ユインチホテル南城

第1部 ゲストスピーカー講演

「幸福学入門～幸せの日本論～無意識の整え方」

慶應義塾大学大学院 SDM研究科委員長 教授 前野 隆司 氏

第2部 ダイアログ・セッション(教室)

第3部 ダイアログ・セッション(宿泊和室) ワールドカフェ

株式会社ウェイアンドアイ 代表取締役 粟野 智子

●2日目(11月5日) 会場:久高島

久高島宿泊交流館にてDVD視聴/たち浜にて、マインドフルネス体験

株式会社ウェイアンドアイ 代表取締役 粟野 智子



Happiness Forum

フォーラム初日

めんそーれ!

那覇空港では当社代表の粟野が、
ユインチホテル南城では馬橋がお迎えました。
もちろん かりゆしです!

【チェックイン】

さあ、ハピネスフォーラムスタートです。
沖縄ソングや三線のBGMが流れる中
ゆったりとした雰囲気チェックインです。



第1部: ゲストスピーカー講演

「幸福学入門～幸せの日本論～無意識の整え方」

慶應義塾大学大学院 SDM研究科委員長 教授 前野 隆司 氏



前野先生の講演も
沖縄バージョン。
幸せのメカニズム～幸せの日本論～
無意識の整え方と続く
3つの著書をベースにした
特別編です!



第2部: ダイアログ・セッション (教室)



沖縄観光業に携わる
大城さんをお迎えて
沖縄の文化に親しみながらダイアログ。
前野先生の研究によると、
日本一幸せ度が高いのは「沖縄」なんだそうです。
「沖縄」がなぜ、幸せ度が高いと言えるのか?
を探究しながら
自由な語らいが進みました。



ブレイクタイム



集合写真の撮影の後
沖縄仕様のお菓子で
ブレイクタイムを過ごしました。



終了後は
ホテル併設の「猿人の湯」でのんびり。
明日、久高島へ渡るのが
待ち遠しいです。

第3部： ダイアログ・セッション (宿泊和室)

ホテルのbuffetの夕食を楽しんだ後は
和室を会場にして
ミニワールドカフェでダイアログ。
テーマは「これからの幸せな社会」
未来に向けて、話題がつきません。
沖縄在住で観光業にたずさわる大城さんから
沖縄のことわざを紹介いただき、
気づきや学びがさらに広がりました。



フォーラム2日目



【ホテルから安座間港へ】
安座間港からフェリーで
神の島久高島に皆でわたりました。
久高島は島全体が神聖な土地として
大切にされています。
禁足地等など現地にも詳しい
大城さんに同行いただけます。

まずは、徳仁港から
久高島宿泊交流館へ。
途中、土曜日の学校で遊んでいた
小学生が交流館までの行き方を
教えてくれました。



【島の歴史を学ぶ】
交流館では
島の秘宝「イザイホー」のDVDを視聴して
島の歴史を学びました。



【マインドフルネス体験】

当社代表の栗野はマインドフルネスの有資格者。
栗野のナビゲートで目の前に広がる海を前に
たち浜でマインドフルネス体験。
久高島の豊かな自然や歴史を敬いながら
自分を見つめなおす時間を過ごしました。



【参加者の声】

- ・沖縄の風土や価値観にふれる機会を得ることができて大変有意義でした。特に久高島の歴史にふれたり、マインドフルネスで空気を感じながらのワークは大変心地よいものでした。
- ・全体を通して、場の醸成がうまくできていて、運営の配慮や工夫を感じました。
- ・参加者の方とさらにゆっくりと話をしてみたかった。
- ・フォーラム内容だけではなく、ホテルや久高島マインドフルネス体験は最高でした。
- ・のんびりと流れる時間の中で、改めて自分と向き合い、素直に感じる体験が素敵でした!
- ・HAPPYなお話がたくさん共有でき、ほっこりとした宝物のような経験でした。ありがとうございました。
- ・次回開催を心待ちにしています!

【最後に】

いつもの仕事の喧騒からはなれ
沖縄のゆっくり流れる時間とおだやかな自然の中で
自分をリセットし見つめ直すと共に
偉大なエネルギーを得た2日間になりました。
こうした豊かな時間は本当に必要ですね～。
来年(2017年)も11月中旬に開催します。
皆さま、ぜひ豊かな時間を共に過ごしましょう。
ご参加お待ちしております!