

# 禅 伊豆大島 ZEN キャンプ

## 本当の自分 と出会う旅

Google や Intel などの世界的企業の人事研修プログラムに取り入れられ、スティーブ・ジョブズや松下幸之助、稲盛和夫などの一流の経営者たちを支えた「禅 ZEN」。

いまストレスフルからマインドフルへ・・・坐禅は本当の自分と向き合う時間です。伊豆大島の大自然を体感し、内面から輝きを取り戻しましょう。



**SHIMARS**  
株式会社シマーズ

雄大な自然の中、  
自分を見つめ直す。



## 坐禅を組むことによる効能

近年欧米の企業の中で「マインドフルネス」という言葉で日本の「禅」に注目が集まっています。坐禅をすることにより集中力の向上、ストレスの軽減、免疫力の向上、意思決定力の向上、などの効果があると言われています。



## なぜ伊豆大島なのか

坐禅の効果は非日常、とりわけ自然を体感できる空間ほど高いといわれています。都心から高速ジェット船で1時間45分の伊豆大島はこの点からも「週末リトリート」には最高のロケーションといえるでしょう。



## この現代だからこそその禅の教えの重要性

情報技術 (IT) の進歩により、私達が一日で処理する情報量は年々増え続けています。情報過多に加え、ビジネスシーンでは生産性の向上やスピードが求められ、そのストレスにどう対処するかは私達の人生やビジネスシーンにとっても大きな課題です。そんな現代だからこそ時には立ち止まり、本当の自分と向き合うことの大切さを教えてくれる禅は私達に多くのヒントや気づきをもたらしてくれるのです。

## 同行講師プロフィール



### 島津清彦 株式会社シマーズ 代表取締役

前職スターツグループでは、取締役人事部長として延べ6,000人の採用面接を行いながら、急成長する組織の制度と風土改革を実行。その後グループ会社2社の経営トップとして、企業再生と最高益を達成する。これらの現場体験から得た経営の「実践知」を日本の企業に広く提供すべく、コンサルタントとして起業。

2012年に得度し仏門入りしてからは、企業・教育機関・官公庁・福祉法人などで禅をベースとしたコーチング・研修・講演活動等を行なう。2014年にはソニー（株）の新規事業創出第1号案件であるソニー不動産（株）のスタートアップに参画。事業を軌道に乗せた後、現在はシマーズに専念し経営コンサルタント、大手企業の研修講師として全国を駆け巡る日々。

## 詳細情報

### 旅行期間

2016年4月23日(土)~24日(日)

旅行代金 大人お一人様 57,000円

食事条件: 朝1・昼2・夕1

添乗員 : 同行します。

利用交通機関: 貸切バス

募集人員 : 15名

最少催行人員: 10名

募集締切り日: 2016年4月7日(木) 17:00まで

宿泊地: 伊豆大島 大島温泉ホテル

### 4月23日(土)

- 7:40 竹芝棧橋集合
- 8:15 竹芝棧橋出港ー 10:00 大島着 (ジェット船)
- 10:20 入港地から専用バスでホテルへ 荷物預け
- 11:00 三原山山頂山頂口 [歩行禅]  
ハイキング 7.5Km 約4時間(お鉢めぐり)  
ー 樹海ー 三原神社ー 展望台(トイレ)ー 火口展望台  
ー 表砂漠ー 三原山山頂口
- 15:30 大島温泉ホテルチェックイン
- 17:00 貸切バスにてホテル出発
- 17:20 元町「Kichi」又は「椿花ガーデン」にて  
サンセット坐禅
- 19:00 元町「寿し光」にて夕食
- 20:30 ホテル着
- 22:00 三原山樹海入り口にて星空鑑賞

### 4月24日(日)

- 6:15 朝坐禅
- 7:00 朝食
- 9:00 チェックアウト
- 9:30 砂の浜にて [坐禅]
- 11:15 パワースポット波治加麻神社へ参拝
- 12:30 昼食 昼食後フリー
- 15:55 大島出港 (ジェット船)
- 17:40 東京・竹芝棧橋着 解散

※当日の天候や交通事情により、上記スケジュールが変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。※観光などの所要時間は目安です。

## 第一回目伊豆大島禅 ZEN キャンプ参加者の声

### 会社員 30代女性

今回参加しようと思ったのは、禅がストレス解消に効くと思ったから。やってみた結果は、ストレスフリーに禅は良いです。リセットされてクリアになった感じがしています。波の音、風の音、鳥の声、太陽の日差し、すごく気持ちよかったです。無の時間を作ると支配されていたるんなものから開放されている感じがします。顔が穏やかになります。ストレスフリーで美しくなりましょう。

### 経営者 30代男性

空や海や大地地球まるごと大きなパワーを持つ伊豆大島。好きなことは何か？人生で何を成し遂げたいか？何のために生まれてきたのか？などたくさん考えながら坐禅、坐禅、坐禅、、、  
2日間の集大成である最後の坐禅は大きな波が打ち寄せる黒い砂浜でした。30分の坐禅。今の自分がやりたい事、やるべき事、できる事、喜んでもらえるだろう事、など多くの事が見えました。

### 経営者 50代男性

日常の喧騒とは対照的な、ゆったりとした時の流れ。例えるなら、外縁は高速回転しているけど、その中心は揺るぎがない独楽のように自分のコアな部分とつながる感覚。日々絶え間ない変化を強いられる現実に晒されているからこそ大切なこと。豊かな自然と向き合うことで得られる気づきの数々。心地よい体験に感謝。

### 経営者 30代男性

伊豆大島の自然に感動しっぱなしでした。  
目の前に木があること。水があること。石があること。花があること。子供の頃はそんな全てと一緒に遊んでたな。  
そんな事を思いながら美しい景色を眺めていました。伊豆大島本当にすべて素晴らしいです。

### 大手製薬会社人事担当 40代女性

ここのところ調子が悪かったのですが、徐々に大気からの気を感じつつ、やっとのことで、4本目の坐禅にて突破のキッカケを得た感じで少し流れが良かった感じになりました。



【お問い合わせ・お申し込み】

# (株)セブカルチャーネットワーク 禅キャンプ係

電話：03-6238-3085 FAX：03-6238-1967 <受付時間:10:00~17:00>

〒102-8452 東京都千代田区二番町8-8

観光庁長官登録旅行業第1870号 一般社団法人日本旅行業協会正会員 総合旅行業務取扱管理者：竹本有希枝

ご予約は「セブ旅ネット」へ!

## セブ旅net

セブ旅ネットのホームページは

セブ旅ネット で 検索

http://tabi.omni7.jp/

お申し込みの際に、くわしい旅行条件(全文)と個人情報の取扱いを説明したご案内をお渡しいたします。事前にご確認の上、お申し込みください。

### 【募集型企画旅行契約】

(1)この旅行は、株式会社セブカルチャーネットワーク(東京都千代田区二番町8-8、観光庁長官登録旅行業第1870号) (以下当社と言います。)が企画・募集・実施する旅行であり、この旅行に参加されるお客様は当社と募集型企画旅行契約(以下「旅行契約」という)を締結することとなります。

(2)旅行契約の内容・条件は、当パンフレットによるほか、別途お渡しする募集型企画旅行条件書、確定書面(最終日程表)及び当社の旅行業約款(募集型企画旅行契約の部)によります。

### 【旅行のお申し込み・契約成立の時期】

当社所定の旅行申込書にご記入の上、下記の申込金を添えてお申し込みいただけます。

### ■ 申込金 (お一人様につき) \_

#### 旅行代金全額

※お申込みから一週間以内にお支払ください。

申込金は旅行代金、取消料、違約料の一部として取り扱います。お客様との旅行契約については、当社の承諾と上記の申込金の受理をもって成立するものといたします。

### 【旅行代金のお支払い】

残金はご旅行出発の前日から起算してさかのぼって21日目にあたる日より前にお支払いいただきます。

### 【旅行代金に含まれるもの】

旅行日程に明示した利用交通機関の運賃、料金、バス料金観光料金(バス料金、ガイド料金、入場料)・旅行日程に明示した宿泊料金及び税、サービス料金(部屋条件は別途明記します)・旅行日程に明示した食事料金(機内食を除く)・団体行動に必要な心付・添乗員付コースの添乗員同行費用

### 【旅行代金に含まれないもの】

定員以下での部屋利用の場合の追加代金(各コースごとに異なります)・超過手荷物料金・飲み物代、クリーニング代、電報電話料、ホテルのボーイ、メイド等に対する心付・追加飲食代その他個人的性質の諸費用及びそれに伴う税金、サービス料・日本国内における自宅から集合/解散場所までの交通費、宿泊料・希望者のみ参加するオプションツアーへの代金・お客様の傷害・疾病に対する医療費、日本国内の空港施設使用料

### 【旅行契約内容・代金の変更】

当社は、旅行契約の内容を変更し、旅行代金を変更することがあります。詳しくは、「条件書」によります。

### 【取消料】

お客様はいつでも下記の取消料を支払って旅行契約を解除することができます。当社の責任とならないローン、渡航手続きの事由によるお取消の場合も下記取消料をいただきます。

解除時期など	取消料	
旅行開始日の前日からさかのぼって	20日目(日曜日)~8日目 7日前~前々日	旅行代金の 20% 旅行代金の 30%
旅行開始日の前日の解除		旅行代金の 40%
旅行開始当日の解除		旅行代金の 50%
旅行開始後の解除又は無連絡不参加		旅行代金の100%

### 【当社の責任】

当社は当社又は手配代行者がお客様に損害をあたえた時は損害を賠償いたします。(お荷物に関する賠償限度額は当社に故意または重大な過失がある場合を除きお1人15万円までとし、損害発生の日から起算して14日以内に通知された場合)その他は「条件書」によります。

### 【特別補償】

当社は責任の有無にかかわらず、お客様が当旅行中、急激かつ偶然な外来の事故により生命、身体または手荷物に被った一定の損害について補償金及び見舞金を支払います。詳しくは「条件書」によります。

### 【旅程保証】

旅行日程に重要な変更が行われた場合には、当社はその変更の内容に応じて変更保証金を支払います。詳しくは「条件書」によります。

### 【お客様の責任】

当社はお客様の故意または過失、法令もしくは公序良俗に反する行為により当社が損害を被った時はお客様から損害の賠償を申し受けます。

### 【クレジットカード利用の通信契約】

当社は当社が提携するクレジットカード会社の会員(以下「会員」といいます。)より、会員の署名なくして旅行代金等のお支払いを受けること(以下「通信契約」といいます。)を条件に電話その他の通信手段による旅行のお申し込みを受ける場合があります。その場合、会員は「出発日」「旅行名」に加えて「カード名」「カード番号」「カード有効期限」等を当社にお申し出いただきます。通信契約による旅行契約は、電話による申込みの場合、当社が受諾した時に成立し、その他の通信手段による申込みの場合は、当社が契約の締結を承諾する旨の通知を発した時に成立するものとします。通信契約での「カード利用日」は、会員および当社が旅行契約に基づく旅行代金等の支払または払戻債務を履行すべき日とし、前者の場合は契約成立日、後者の場合は契約解除のお申し出のあった日となります。

### 【最少催行人員】

募集パンフレットに記載。これに満たない場合、旅行の実施を中止することがあります。ただし、この場合旅行開始日の前日から起算してさかのぼって13日目(日曜日)旅行の場合は3日目にあたる日より前に通知いたします。

### 【現地手配代行者との連絡方法】

添乗員が同行しない場合の現地での手配代行者との連絡方法は最終日程表に明示します。

### 【最終日程表の交付時期】

確定した主な運送機関名及び宿泊ホテル名が記載された最終日程表は旅行開始日の前日までに交付します。ただし、旅行開始日の前日から起算してさかのぼって7日前にあたる日以降にお申し込みいただいた場合には旅行開始日当日に交付することがあります。なお、期日前であってもお問い合わせいただければ手配状況についてご説明いたします。

### 【個人情報の取り扱いについて】

当社は、旅行申込の際にお申込書にご記入いただきましたお客様の個人情報について、お客様との間の連絡のために利用させていただくほか、お客様がお申し出いただいた旅行の手配において必要な範囲内で運送・宿泊機関等及び手配代行者に提供させていただきます。

### 【旅行条件・旅行代金の基準日】

この旅行条件は、下記の日付を基準としています。

2016年2月15日

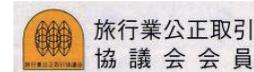
旅行企画・実施:

## 株式会社セブカルチャーネットワーク

東京都千代田区二番町8-8

観光庁長官登録旅行業第1870号

(一社)日本旅行業協会正会員



総合旅行業務取扱管理者とは、お客様の旅行を取り扱う営業所での取引に関する責任者です。この旅行契約に関し、担当者からの説明にご不明な点があれば、ご遠慮なく上記の取扱管理者にお尋ねください。

株式会社セブカルチャーネットワークは **7セブ&アイ** HLDGS. グループの旅行会社です。

お部屋について	□4~5名1室部屋(相部屋)、□3名1室部屋(相部屋) □2名1室部屋(相部屋)、□1名1室部屋	
ふりがな		生年月日
参加者氏名(漢字)	(男・女)	年 月 日
ふりがな		☎ Fax
現住所		
平日・日中の連絡先	ご自宅・勤務先・携帯	☎
ふりがな		生年月日
①同室者氏名(漢字)	(男・女)	年 月 日
ふりがな		生年月日
②同室者氏名(漢字)	(男・女)	年 月 日
ふりがな		生年月日
③同室者氏名(漢字)	(男・女)	年 月 日