



## IKIGAI Map ファシリテーター養成講座

～ミドル・シニアの「仕事×〇〇＝生きがい」をさがそう！～

IKIGAI Map(生きがいマップ)ワークショップでは、「今日が人生の折り返し地点だとしたら、この先どう生きていきたいか？」という問いの答え「仕事×〇〇＝生きがい」を探します。

「人生100年時代」子育てを終えて、定年を間近にして。これまでの自分を振り返り認めた上で、これからの自分が歩く道を探す大人のためのワークショップです。

生きがい研究員に登録すると、IKIGAI Map(生きがいマップ)ワークショップを行うことができます。つまり、この養成講座は必須ではありませんが、開発者の秋田稲美から直接学べる貴重な機会です。IKIGAI Map ワorkshopの目的や意図を理解されるためにも受講することをお勧めします。

### <応募条件>

生きがい研究員に登録済みであること（下記からご登録いただけます）

・【非会員】生きがい研究員 <https://t1p.edulio.com/123-coach/cart/detail/1528>

\*非会員とは、ひふみコーチ株式会社のサービスを初めて受ける方です。登録料 8,000 円+年会費 12,000 円を合わせて 21,600 円（税込）が初年度のお支払い金額となります。2年目以降は 12,960 円となります。

・【会員】生きがい研究員 <https://t1p.edulio.com/123-coach/cart/detail/1518>

\*会員とは、起業ひふみ塾、プロコーチ養成講座など、ひふみコーチ株式会社のサービスを受ける際に会員登録済みの方のことです。年会費 12,960 円（税込）。

生きがい研究員 URL <https://happiness.123-coach.com/ikigai-research>

### ”生きがい研究員”先着300名様に、 IKIGAI Map Workshopの教材セット（10万円相当）をプレゼント

※IKIGAI Map Workshopの実施の範囲内で教材セットの利用許諾をします。

IKIGAI Map Workshopを開催するために必要な教材セット（10万円相当）。

#### <教材>

- ・IKIGAI Map Workshopで使うパワーポイントのスライド（全30ページ）
- ・ドイツ在住ヒプノセラピストMiho Klueferさんのマインドフルネス実習用の音源（15分）

#### <マニュアル>

- ・IKIGAI Map Workshop(3時間)の動画×2（ファシリテーター秋田稲美）
- ・IKIGAI Map Workshop(3時間)の「ファシリテーションマニュアル」

#### <ファシリテーター教育>

- ・IKIGAI Mapの考案者である秋田稲美による「ファシリテーションの要点」動画
- ・生きがい研究者/カナダ・リッチモンド在住の平野香利さん（ペンネーム：ことり）の生きがい研究の動画
- ・「夢と未来を可視化する手法」の科学的な有効性について、ニューヨークライフバランス研究所 代表松村亜里さんの動画
- ・『SDGs地球1個分の暮らし。持続可能なビジョンを描こう！』/アースデイ東京ファウンダー谷崎テトラさんの動画

お申込み特典  
先着プレゼント  
実施中！

## <参加費>

起業ひふみ塾生 5万5千円（税込）のところ、初回につき無料

塾生以外 11万円（税込）のところ、初回につき半額の5万5千円（税込）

\*本講座申し込みと同時に「起業ひふみ塾」に入会した場合も、塾生価格が適用されます（ただし、1年以上有料で参加することが条件となります）。途中退会された場合は、一般料金との差額をお支払いいただきます。  
起業ひふみ塾 <https://123-coach.com/entre/>

## <日時と講義内容>日本時間、月曜日の14時~15時30分と、21時~22時30分の2回開催

1	2019/12/2(Mon) 14:00~15:30	2019/12/2(Mon) 21:00~22:30	いまここにある幸せ、マインドフルネスを可視化する IKIGAI Map Workshop の目的と価値
2	2019/12/9(Mon) 14:00~15:30	2019/12/9(Mon) 21:00~22:30	自己開示を促すワークショップ導入（有効的なアイスブレイクと友好的な講師紹介）
3	2020/1/6 (Mon) 14:00~15:30	2020/1/6(Mon) 21:00~22:30	生きがい4つの視点分析フレームワーク①②（好き・得意）のファシリテーションポイント
4	2020/1/13(Mon) 14:00~15:30	2020/1/13(Mon) 21:00~22:30	生きがい4つの視点分析フレームワーク③④（感謝・理想）のファシリテーションポイント
5	2020/1/20(Mon) 14:00~15:30	2020/1/20(Mon) 21:00~22:30	and more フレームワーク This is Me（情熱・専門・転職・使命）のファシリテーションポイント
6	2020/1/27(Mon) 14:00~15:30	2020/1/27(Mon) 21:00~22:30	人生をかたちづくる思考&コラージュ（Visualization & Affirmation の科学的根拠）
7	2020/2/3(Mon) 14:00~15:30	2020/2/3(Mon) 21:00~22:30	雑誌 OR アプリを使ったマップのつくりかた（①写真を集める②保存する③コラージュする）
8	2020/2/10(Mon) 14:00~15:30	2020/2/10(Mon) 21:00~22:30	生きがいマップのシェアとフォローアップの目的と効果的な進行の仕方
9	2020/2/17(Mon) 14:00~15:30	2020/2/17(Mon) 21:00~22:30	公開ワークショップの行い方（準備から実施、フォローアップまで）
10	2020/3/30(Mon) 14:00~15:30	2020/3/30(Mon) 21:00~22:30	IKIGAI Map ワークショップ実施報告会

\*欠席の場合、動画がシェアされます。講師はすべて、秋田稲美（IKIGAI Map 考案者）が務めます\*

## <IKIGAI Map ワークショップ体験>

2019年11月24日（日曜日）13時~16時

ファシリテーター：秋田稲美（IKIGAI Map 考案者）

品川サロン（東京都港区港南3-6-21コスモポリス品川）にて IKIGAI Map ワークショップを開催します。（定員30名）

養成講座参加者は参加費無料です。\*後日、動画がシェアされます\*

\*この取り組みにより、国連で定めた持続可能な開発目標（SDGs）の目標16・17に貢献します\*



ミッション  
大きな愛の増幅



ビジョン  
1万人の研究員が世界中でIKIGAI MAP WORKSHOPを開催し、地球に愛が増幅している。