

オンライン・ライブ配信のご案内

Full Catastrophe Living 日本語完訳版出版記念リトリート

ジョン・カバット・ジン博士を迎えて

2026 年 12 月、マインドフルネスおよび MBSR（マインドフルネスストレス低減法）の基本書として世界的に知られる、ジョン・カバット・ジン博士著『Full Catastrophe Living』2013 年改訂版の日本語完訳版（『混沌を生きる ストレス、痛み、病と向き合う智慧：〈マインドフルネスストレス低減法〉』が春秋社より刊行されます。これが初の日本語完訳版となります。

これを記念して、ジョン・カバット・ジン博士を日本にお招きし、3 泊 4 日のリトリートを開催いたします。会場の定員の関係で現地会場参加のご希望に添えない皆さま、および様々な事情から現地会場参加できない皆さまのために、全期間を通して本リトリートをライブ双方向配信することに致しました。

1. 開催概要

日程	2026 年 12 月 4 日（金）～ 12 月 7 日（月）
配信イベント	湘南国際村センターで行われるリトリートの全期間双方向ライブ配信 ※日本語による逐次通訳付き
主催	日本・マインドフル・リーダーシップ協会

2. 配信スケジュール（予定）

以下のスケジュールで行われるリトリートを全期間にわたり（食事・休憩時間を除く）ライブ双方向配信します。オンデマンド配信は予定しておりません。

日程	配信時間帯	セッション内容
12 月 4 日（初日）	19:30 ～ 21:00	オリエンテーション
12 月 5 日（2 日目）	07:00 ～ 21:00	終日 瞑想セッション
12 月 6 日（3 日目）	06:00 ～ 21:00	終日 瞑想セッション
12 月 7 日（最終日）	06:00 ～ 12:00	クロージング・セッション

※配信時間は今後多少の変更の可能性があります。

3. 募集要項・お申し込み

費用	20,000 円（税込）
定員	制限なし（どなたでもご参加いただけます）
特典	本年 12 月刊行予定の 2013 年改訂版『Full Catastrophe Living』の日本語完訳版を郵送にて贈呈いたします。
お申込締切り	11 月 20 日をもって受付を締め切らせて頂きます。 ※決済代行機関（PAYSYS）からお送りする参加費支払いに関するメールの受領後 2 週間以内のお支払い（クレジットカード決済）をもって受付完了とさせていただきます。

お申込み方法	以下の申込みサイトよりお申込みください： https://forms.gle/yoNJZsFjoAZKqyAH9
キャンセルについて	リトリート初日の2週間前までに、主催者、日本マインドフル・リーダーシップ協会宛てメールにてお知らせください。 以後のキャンセルにつきましては、主催者宛てメールにてご相談ください。

4. 参加に関する留意事項

- **参加の原則**：原則全期間参加いただける方を募集いたします。やむを得ない事情により欠席が半日までの方はご参加いただけます。
- **参加証について**：修了証等はありませんが、参加について職場等への書類の提出が必要な場合は、参加証を発行させていただきます。
- **研修ポイントについて**：日本臨床心理士会等の研修ポイントとしての承認は受けておりませんことをご了承ください。
- **接続情報・詳細案内**：アクセス情報を含む詳細につきましては、開催日の約2週間前にメールにてお知らせ致します。

5. 主催者・お問い合わせ先

主催者	日本・マインドフル・リーダーシップ協会
お問い合わせ	admin@jimleadership.org