



ジェレミー・ハンター教授 Special Session for Social Leaders in Japan 2022 「セルフマネジメント・マインドフルネスで結果を変える：Creating Choices」

マインドフルネスやセルフマネジメントを、米国のピーター・F・ドラッカースクールで MBA やエグゼクティブ向けに教えてきた、世界でも草分けの一人、ジェレミー・ハンター氏による、「セルフマネジメント・マインドフルネスで結果を変える：Creating Choices」を開催します。

今年で7年目を迎える本プログラムは、社会や地域の進化のために取り組んでいる NPO や、ソーシャルベンチャーで働く方たちを対象とした招待制です。

次回は【6月15日(水)、6月29日(水)、7月6日(水)、7月20日(水)各 10:00~13:30】に オンラインで開催します。

ピーター・F・ドラッカー氏は、人をマネジメントすることは、自分をマネジメントすること（セルフマネジメント）から始まると言いました。

ここでいうマネジメントは、「管理する」というよりも、相手やその時の状況を理解した上で、それに応じた行動をとることによって、望む結果を出すスキルのことです。

セッションでは、思考、感情、そして身体感覚から、内的な状態を理解したうえで、不確かな状況の中でも、望む結果を出していくという、セルフマネジメントの基礎を学び、実践します。

毎回素晴らしいメンバーで、学び深い時間をもち、

「大切にしたいことに気づいたり、自分の本当の想いに気づくためのヒントをもらった。自分の想いに自覚的になることで、その実現に近づいている。」

「人事に関する課題を長年繰り返していることに気づいた。そしてその原因とどうしたらいいかは、実は目の前にあったと気づいた。」

「自分の状態に気づきやすくなり、意図的に状態を整えるための具体的な方法がわかった。」

「本当にやりたいことと、行動を合わせられるようになり、望む未来に近づいているのを実感している。」といった感想を頂戴しています。（参加者からの感想は [6 ページ](#)をご覧ください）

マインドフルネスやセルフマネジメントの考え方を学ぶだけでなく、望む未来を実現していくための実践的なスキルを得ていくことがこのセッションの特徴です。セッションを受講した一人一人に多くの変化を起こしており、ジェレミーさんが最優秀教授賞（Professor of the year）を受賞し続け、その授業が「人生を変える授業」と呼ばれるのもうなずけます。

仕事にも職場にも、そして自分の人生にとっても、自分の想いやミッションを実現していくための、大切な時間になることと思います。この機会に、ぜひご参加ください。

【1】【セッションの概要】

【2】【お申込みについて】 締切：6/1 までにお申し込み下さい

【3】ジェレミー・ハンター教授 と 本セッションについて

【4】「Special Session for Social Leaders」に参加した、素敵なメンバーからの声

【1】【セッションの概要】

●日時 (全4日程への参加が必須) ※間に30分の休憩をはさみます

Day1 6月15日(水) 10:00~13:30

Day2 6月29日(水) 10:00~13:30

Day3 7月6日(水) 10:00~13:30

Day4 7月20日(水) 10:00~13:30

●場所：オンライン：[Zoom](#)を利用します。PCでのご参加を推奨します。

※皆さんにご発言いただく時間がありますので、声を出せる環境でご参加ください。

●対象：

・ETICが主催するプログラムに参加したことがある、または、ETICが提供するサービスを利用したことがある方（所属する団体のスタッフの方の参加も歓迎します。プログラムの例：ローカルベンチャーラボ、PLAY!、右腕プログラム、サービスアカデミー、DRIVEキャリア 等々）

・「ジェレミー・ハンター-Special Session for Social Leaders in Japan」にこれまでに参加した方からの推薦がある方（ETICスタッフからの推薦も含む）

※一般向けの公開セッションは、Transform社が開催しています。<https://transform-your-world.com/>

●参加費：

「ジェレミー・ハンターSpecial Session for Social Leaders in Japan」は、利益を目的としておらず、日本のソーシャルセクターにこのセッションが必要だと考える、ジェレミーさんの協力と、事務局のボランティアベースの活動により成り立っています。

参加費は、【一般】と【ソーシャルリーダー】の2種類を設けています。

【一般（営利企業）】	25万円（税込）/人
【ソーシャルリーダー】 上記「対象」の方、民間非営利組織もしくはそれに準じる社会的企業、行政に所属する方を主に想定しています	8万円（税込）/人

※参加費には、セッション参加に伴う費用（通訳含む）が含まれています。

●人数：25名程度 各回最少催行人数 15名



*これまでの参加者の所属団体(一部、順不同) Teach for Japan、ACE、巡の環、マドレボニータ、コクリ・プロジェクト、ETIC、A0、BOLBOP、トイボックス、Homedoor、日本ファンドレイジング協会、クロスフィールズ、京都産業大学、SVP東京、PLUS、biotope、お寺の未来、aeru、デジサーチ、ビッグイシュー基金、Waku-Work、かものほし、フローレンス、RCF、スターバックスジャパン、リリムジカ、フジテレビ、arun、PLUS、坂ノ途中、SALASUSU等

【2】【お申込みについて】 締切：6/1までにお申し込み下さい

- 6月15日(水)、6月29日(水)、7月6日(水)、7月20日(水) (各10:00~13:30) の4回
→<https://forms.gle/sT9pb1DQUNiA6g2DA> よりお申し込みください。

*キャンセルの場合：お早めにご連絡ください。初日の2週間前までは、無料にてキャンセルを承ります。1週間前までは受講費用の半額、その後、当日までは受講費用の全額を申し受けます。

【3】ジェレミー・ハンター教授 と 本セッションについて

本セッションは、2016年に、ETICが長年お世話になっている INNO Lab International(井上英之さん、有紀さん)が、ジェレミーさんとのご縁をつないでくださり、そしてジェレミーさんの日本のソーシャルリーダーを応援したいという想いを受けて始まりました。当初は井上ご夫妻とETICの共催で実施し、その後ETICが引継ぎ、単独主催で開催します。

● ジェレミーさんとのご縁をくださった井上英之さんからのご案内

ぼくたちの友人であり、マインドフルネスのお師匠でもある、LAのドラッカースクールで教鞭をとる、ジェレミー・ハンターさんが、コロナ禍の中、オンラインでのセッションをします。

これまで、日本のソーシャルリーダー向けに、2日間の対面セッションをしていたものを、オンラインに移しますが、すでに実装を重ねていて、オンライン版ならではのよさもたくさんあります！

マインドフルネスやセルフマネジメントを、MBAやエグゼクティブ向けに、15年くらい教えてきて、科学的かつ、あやしくない非宗教的な、マインドフルネスからのリーダーシップや、マネジメントへの応用に取り組んできた、米国や世界でひっぱりだこの、楽しく、そしてすてきなおにーさんです。（彼のお母さまと奥様は、日本人で、日本文化や企業への理解も深いです）

* [インタビュー記事](#)をご覧ください！「マインドフルネス研究第一人者のジェレミー・ハンター氏が語る、本当の生産性改革とは？」（入山章栄氏×佐宗邦威氏 との対談、ぼくが監修しました）

今年も、彼の磨いてきた知恵や方法論を、パーソナルにも、世の中にも役立ててくれる素敵な人たちに、招待ベース（フェローシップ）でお声がけをしています！

世界でも相当早い時期に、ビジネススクールでこうした分野を教え始めた、世界のフロンティアの一人です。自分とつながることから、生産性を高め、自分たちの欲しい結果を生み出すこと。これに組織として取り組み、そこから世界も進化していくこと。「人生を変える授業」として、彼の授

業を受けに、全米からエグゼクティブたちが集まるのも、ほんとうに、わかります。まずは、日常の中で、自分に気づく技術を身につけ、また、周囲の人たちとともに、欲しい未来を実現していくために、これ以上の場はないと思っています。

リーダーやスタッフのセルフマネジメントに始まり、さらには、自分たちが提供するプログラムへの応用もできるでしょう。何より、ずっと忙しいままで、本当にはどこに向かっているのか。あらためて地に足をつけ、世界の深い変化にむけて一步を踏み出す。実践と科学が両立した、彼の生み出す時間は、本当にミラクルです。

マインドフルネス系と、リアルなリーダーシップや経営むけのコンテンツ、この両方をカバーしているものは、滅多にないですし、日常との接続面に満ちたプラクティカルな内容となります。ぜひ、ご参加ください！

● ジェレミー・ハンターさんからのご案内（日本語／英語）

下記、ジェレミーさんからのご案内を、翻訳しました。（セッションには通訳がつきます）

「セルフマネジメントの実践 ～ソーシャルリーダーの必須スキルを学ぶ」

あなたは、ひとりのリーダーとして、自分と組織が直面する課題に対処するための、十分な準備ができていますか？私たちは今、変容の時代にいます。この世界の状況がリーダーたちに求めるのは、激しく変化する状況に効果的に対応するための新しいスキルです。社会変革には、現実世界における行動と結果によって測られるような外的なものだけでなく、自分のマインドや思考、感情や行動を理解し、自ら変容していくための内的なスキルが不可欠です。

日本での、社会起業家との長年の活動を通して、ひとつ明確になったことがあります。それは、外的なことだけにフォーカスすることは誤った選択であり、バーンアウトや本来の能力が発揮されないばかりか、死に至る可能性すらある、ということです。

社会起業家やソーシャルリーダーたちは、どのようにしたら自分の才能を磨き、自らのスキルやエネルギー、能力を長期的に発揮し続けることができるのでしょうか？このワークショップでは、10年以上に渡ってロサンゼルス のピータードラッカー・スクール・オブ・マネジメントで開発されたセルフマネジメントの基本を概説します。参加したあなたは、日々の生活や仕事で使える実践的なフレームワークを学んでいくでしょう。

(原文)

<The Practice of Self Management: Essential Skills for Social Leaders>

As a leader are you fully equipped to meet the challenges you and your organization face? We have now firmly entered the Era of Transformation. The world's conditions demand that leaders develop new skills to effectively meet intensely changing circumstances. Social change is not only external, measured by action and results in the world, but also includes internal skills to understand and transform your minds, thoughts, emotions and actions.

After years of social entrepreneurship practice in Japan, it has become clear that focusing only on the external was a mistake leading to burn out, illness, wasted potential and even death. How can social entrepreneurs build on their talents so they can sustainably contribute their skills, energy and talent for the long-term? This series of workshops will outline the fundamentals of Self-Management, developed at the Peter F. Drucker School of Management over a decade ago. You will learn practical frameworks to apply in your own life and work.

● ジェレミー・ハンターさん 参考ページ情報

- 1) ウェブページ : <http://jeremyhunter.net/>
- 2) [TED 動画](#)(日本語字幕付き)
- 3) 書籍「[ドラッカー・スクールのセルフマネジメント教室](#)」
- 4) 参加者の白河桃子さんによるインタビュー:「[NIKKEI STYLE: 「頑張り精神」は日本の毒 ドラッカー流は知的に休む](#)」

【4】「Special Session for Social Leaders」に参加した、素敵なメンバーからの声



JOINS 株式会社 代表取締役 猪尾 愛隆さん

ジェレミーから学んだことで最近気づいた自分の変化は幸福感受性が上がったことです。自分に起きていることを、思考だけでなく、感情・身体感覚から意識的に情報として把握できるようになったことで、自分にとっての豊さや幸せの輪郭や解像度が高まった気がしています。

土曜日の朝に草サッカーの試合に自転車で向かう時のワクワク、娘の好奇心スイッチが入った瞬間に立ち会えた時のお腹の真ん中あたりが温くなる感覚、仕事で仲間と話し合う中で新しいパターンを見つげられた時の頭が熱くなってくる感覚、自分

にとってこういう幸せだけで十分人生楽しかったと思って死ねるなと気づきました。そして、この幸せに実はそんなに金はいらぬことも気づき将来への不安も減りました。

あと、仕事は社会を変えるためにするみたいな感覚が減り、その仕事をしている時間そのものを楽しむ感覚に変わりました。でもこの方が実は結果にもつながるんじゃないかなーとも感じてます。



NPO 法人つくばアグリチャレンジ 代表理事 伊藤 文弥さん

ジェレミーの研修を受ける前、私は社員から言葉をとてもネガティブに受け取っていました。例えば「わかりました」と返信が来たらイライラしてしまっていたんです。「わかりました！」と返して欲しかったんです。笑

なぜ、自分がこのように感じてしまっているのか、このように感じていることで僕はその後どんな行動をとってしまっていたのか、その結果どうなっているのかを理解することができました。自分が望んでいないのに何度も起きる嫌なことには自分に理由があるという話がありました。

僕でいうと、望んでいないのにいつも社員と関係性が悪くなってしまっていました。ジェレミーと出会い、冷静に自分がどんな状態を望んでいるのかを考え、そこに繋がっていくように感情をコントロールすることが少しずつ出来るようになり、仕事がとても楽しくなりました。本当に感謝しています。ありがとうございました！



国際教育支援 NPO「e-Education」創業者 税所 篤快さん

妻が妊娠したのをきっかけにジェレミーのセッションに参加しました。セッションでは今、僕が大事にしたいことは何か、手にしたい結果は何かをじっくりと対話しながら考えました。その結果、はじめて父親になる瞬間を大事にし、妻と赤ちゃんと一緒に時間を過ごしたいと1年間の育休をとることにしました。

大変なことももちろん多い育休でしたが、おかげさまで家族でまたとない贅沢な時間を過ごせました。あのときジェレミーとの時間がなければ、思いきった育休をとれたか自信はありません。子育てしながら、定期的にジェレミーのセッションに参加してたくさんの気づきをもらっています。



特定非営利活動法人ソーシャルベンチャー・パートナーズ東京（SVP 東京） 3代目代表理事 藤村隆さん

セルフ・マネジメントとトランジション、2つのセッションに3年間に渡って参加しました。ちょうど、事業統括から代表理事に選出された時期でもあり、自分のリーダーシップについて思い悩むことがふえて、自分自身の考え方や仕事への姿勢を根本から変えなければいけないという壁に直面していました。

この講座は、本来数か月にわたる大学院の授業を数日間に凝縮して提供していますが、ジェレミーさんから知識を教えられる時間は短く、多くの時間が参加者同士の対話に充てられています。提供されたフレームワークをもとに、日々直面する

悩み事や、人生の大きな節目について仲間と語り合うことで、自分の仕事やリーダーシップについて様々な角度から見直すことができました。

また、自分自身との対話、とくに身体やこれまでの過去との対話からも、大きな影響をうけました。結果として、セッション前に思い描いていた理想像やゴールとは全く異なる新しい選択肢が次々と生まれ、より自分らしく居られる道を選ぶことができるようになりました。

リーダーだけでなく、大きな変化の必要性を感じている方にはぜひ参加いただきたいセッションです。

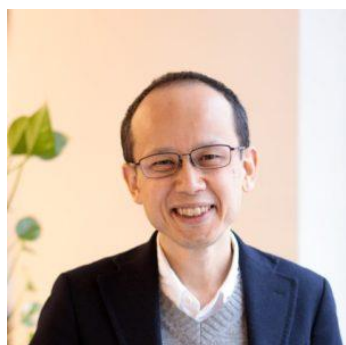


Napra-works 代表 吉川舞さん

ジェレミーさんのセッションを通じたたくさんの中から中でも特に大きかったのは「オートパイロット状態に気がつくこと」という視点でした。本当にふっと、何気なく無意識にしている行動への入り口に気がつくこと。

完全にそこから変化できているとはまだまだ言えないものの、あ！今、同じ迷路に入ろうとしていると気がつく機会は増えたかも？と思っています。

呼吸をするときに、吐く息に意識を向けると自然に吸えるようになる、みたいな、そんな感じのベクトルの違う発見でした。



NPO 法人 ETIC. 創業者 宮城 治男

日系アメリカ人であるジェレミー・ハンター氏は、科学的、論理的な知識を背景に、感情や身体感覚も重視し実践的進化を追求する、まさに東西の美点を体現し、それを融合していく懸け橋となるような、稀有な役割を持たれた方であると私は確信しています。

5年前に、時に自らを犠牲にして頑張る日本のソーシャルセクターのリーダーを支えたい、という彼の思いから始まった ETIC.とのコラボレーションによる本プログラムは、ここまで私を含める多くの起業家やリーダーたちの世界観や人生、仕事を大きく変えてきました。混迷の時代に未来を見出すためにも、自らの心に向きあい、マネジメントしていく方法論を学びとともにぶれない軸を見出していく本プログラム。ソーシャルセクターで働く人たちはもちろん、ビジネスパーソンのみなさんにもぜひ味わっていただき、進化のプロセスにして頂きたいと願っています。



【主催・お問い合わせ】NPO 法人 ETIC. ソーシャルイノベーション事業部 本木 裕子 incu@etic.or.jp