



2024年11月21日

コニカミノルタプラネタリア YOKOHAMA

満天の星の下、瞑想とサウンドバスで極上のリラクゼーション体験を
『AWAKEME ~Cosmic Harmony~ 宇宙を感じる瞑想とサウンドバス』

2024年12月6日(金) プラネタリア YOKOHAMA で開催決定！

コニカミノルタプラネタリアム株式会社が運営するプラネタリア YOKOHAMA では、2024年12月6日(金)に、ウェルネスイベント『AWAKEME ~Cosmic Harmony~ 宇宙を感じる瞑想とサウンドバス』を開催します。

ヨガ、瞑想、音楽&ダンスで心と身体を整え解放するウェルネスイベント「AWAKEME」と共催する本イベント。プラネタリアムドームに映し出された満天の星が作り出す非日常的な空間で、瞑想とサウンドバスをお楽しみください。



----- ☆報道関係お問い合わせ先☆ -----

共同ピーアール株式会社 PR アカウント本部9部 内山、高橋、森田

Tel : 03-6260-4861 / Fax : 03-6260-6653 / Mail : konicaminolta-pr@kyodo-pr.co.jp

AWAKEME ~Cosmic Harmony~

宇宙を感じる瞑想とサウンドバス

2024年最後のAWAKEMEは、特別バージョンとしてコニカミノルタプラネタリア YOKOHAMA で開催！

この特別な夜、アーユルヴェーダとサウンドヒーリングが融合し、宇宙と心が一体になる瞑想と音の旅へとあなたをご招待します。

瞑想をリードするのは、日本のアーユルヴェーダ界のレジェンド、西川眞知子さん。地球が生まれた神秘の五大元素（地・水・火・風・空）を心と体で感じ、星々の光が柔らかく揺らめく静寂の中、「本来のあなた」に立ち戻る特別な時間になります。

瞑想後には、ウクモリさんによるクリスタルボウルとエレキギターのサウンドバスが待っています。紡がれていく澄んだ音色は、まるで水の一滴が静かに広がっていくように、あなたの全身へと心地よい振動が広がります。音の波があなたのエネルギーと共鳴し、心と体の毒も吐き出されていく。流れるような音色に身を委ね、心も体もふわっと解き放たれていく、至福の時間が広がります。

音と星の光が一体となり、宇宙とあなたの内面が深く繋がるこの瞬間をぜひ味わってください。5000年のアーユルヴェーダの歴史と、内なる感情も開放され解きほぐされる音に包まれたなら、心も体もいっぱい満たされます。

タイムテーブル

- 19:00 開場
- 19:30-19:40 オープニング
- 19:40-20:25 Meditation & Ayurveda Machiko Nishikawa
- 20:25-20:55 Sound healing live Tomomi Ukumori
guitar : Tomoya Tsutsui
- 20:55-21:00 クロージング
- 21:00 ドリンク & ソーシャライズ・タイム
- 21:30 閉場



サウンドバスとは

心と身体を癒すために穏やかでありながら強力な治療的および修復的プロセスを誘うために、クリスタルボウルをはじめとした様々な倍音を持つ音を使用する、深い没入型の全身リスニング体験です。

参加者全員にプレゼント！

本イベントでは、今回のテーマのコンセプトにもなっているミネラルウォーターをプレゼントします。

ソラン・デ・カブラスは、スペイン・ベテータの源泉から採水されるナチュラルミネラルウォーターです。ミネラルバランスが良く、まるやかな口当たりが特徴。古代ローマ時代にはその治癒力を求めて王族が訪れたとされる由緒ある名水です。また、毎年10月にピンクリボン運動を支援する限定ピンクボトルを発売し、乳がんの早期発見・診断・治療の重要性を伝えています。

ブランドサイト：<https://solandecabras.jp/>

Instagram：<https://www.instagram.com/solandecabrasjapan/?hl=ja> @solandecabrasjapan

宇宙の輝きを詰め込んだドリンクがセットに

本イベントは、AWAKEME 限定ドリンク「スターリーボトル デトックスウォーター」がセットになっています。

宇宙で出会った鮮やかな惑星たちを詰め込んだスターリーボトルで、手の中に広がる小さな宇宙を楽しんで。併設のカフェ「Cafe Planetaria」（カフェプラネタリア）の特別メニューで身体の内側を優しくリセット。

*ドリンクは体験場所へもお持ち込みいただけます。



『AWAKEME ~Cosmic Harmony~ 宇宙を感じる瞑想とサウンドバス』

- ◆日程：2024年12月6日(金)
- ◆時間：開場 19:00 / 開演 19:30 / 終了 21:00 (予定)
- ◆料金：一般席・・・5,500円 (ミネラルウォーター1本+AWAKEME限定ドリンク1本付き)
- ◆出演者：Machiko Nishikawa、Tomomi Ukumori、Tomoya Tsutsui
- ◆開催場所：コニカミノルタプラネタリア YOKOHAMA (横浜)
(神奈川県横浜市西区高島一丁目2番5号 横濱ゲートタワー2F)
<https://planetarium.konicaminolta.jp/planetariayokohama/access/>
- ◆お問い合わせ：TEL 03-6262-9533 (電話受付 平日 10:00 ~ 17:00)
- ◆チケット販売 URL：<https://imk-russell.com/awakeme/lp/5/index.html>

《備考》

- ・ヨガマットの持参は不要です。
- ・お着替えの場所がございませんので、あらかじめウェアや動きやすい服装でご来場ください。終演後に着替えをご希望の方は、本公演に限りお手洗いをご使用頂けます。
- ・イベント開催時の様子を撮影致します(動画・静止画)。SNSやHPなどに掲載させていただくことを予めご了承ください。

《キャンセルについて》

12/2(月) 23:59までにお申し出があった場合はキャンセル手続きを承ります。
それ以降のキャンセルにつきましてはお受け出来かねますので、何卒ご理解いただきますようお願い申し上げます。

★出演者

Meditation & Ayurveda : Machiko Nishikawa

自然療法マスター

アーユルヴェーダライフデザインスクール代表/日本ナチュラルヒーリングセンター代表

神奈川県生まれ。米国ニューオリンズ世界万国博覧会(河川博覧会)にてコンパニオンを務める。幼少期の病弱を自然療法で克服したのをきっかけに、大学時代にインド、アメリカなどを歴訪し、ヨガや自然療法に出会い、以後アロマセラピー、カラーセラピー、音楽療法、心理療法、ボディセラピー、エネルギー療法、インド哲学など世界の自然療法を習得し数多くの資格を取得。アメリカのサッチダーナ・アシュラムにてインテグラル・ヨガのインストラクターとして日本人として初めて認定される。アーユルヴェーダ理論を取り入れたヨガやライフスタイルを提唱し、セミナーや講演などを通して普及に努める。出版書籍は40冊にもなり、日本のアーユルヴェーダのトップを走り続けている。講演、セミナーにて50年の間で約10万人以上に講演・指導活動を行なっている。

Sound healing live : Tomomi Ukumori

高校時代はイタリアオペラに親しむ。

色々な音楽を体験しつつ、宇宙の真理を学びながらクラブミュージックの素晴らしさと出会い、数々の素晴らしい国内外アーティストとのコラボレーションを果たす。

高い周波数と豊かな倍音の楽器、クリスタルボウルとの出会いによって長年続けてきた、ヒーラーとして学んできたことと音楽を届けるということを繋ぐことが出来た。

ぜひ"聴く"と"効く"を体験していただきたい。聴き手の想像力に直接働きかけ、別次元へと誘なう。沢山のひととこの感動を共有していくことを目指している。

3ピースバンド、THE ALEXXのヴォーカルでもある。

ソロではクリスタルボウルでのライブセット、そしてバンドでもフジロックフェスティバルに5年連続で出演。

今回はTHE ALEXXの盟友でもあるTomoya Tsutsui(Gt.)とのAWAKEMEスペシャルライブセットをお届けする。

★コニカミノルタプラネタリアYOKOHAMA(横浜)

- 名称 コニカミノルタプラネタリアYOKOHAMA
- 所在地 神奈川県横浜市西区高島一丁目2番5号
横濱ゲートタワー2F
- 営業日 定休日なし(作品入替期間は休館)
- 営業時間 平日10:30~21:00/土日祝10:00~21:40
<https://planetarium.konicaminolta.jp/planetariayokohama/>



【施設名称表記上のお願い】

見出し、本文などで、施設名称が長すぎて入りきらない場合、次の優先順位で省略形をお使いください。

★コニカミノルタプラネタリア YOKOHAMA

(略)プラネタリア YOKOHAMA

なお、文章中に繰り返し出てくる場合、2回目以降は プラネタリアYOKOHAMA と記述していただいて構いません。

★AWAKEME

2022年1月にスタートしたヨガ、瞑想、音楽&ダンスで心と身体を整え解放する ウェルネス・パーティ。これまで、O-EAST SHIBUYA、CE LA VI TOKYO、TRUNK(HOTEL)、W OSAKAなどで開催。イベントを通して、固定観念や思い込みを手放して、ありのままの自分を受け入れることの大切さをメッセージとして発信してきました。メンタルヘルス(心の健康状態)の重要性がより一層高まっている今、AWAKEMEではヨガ、そして、心と脳の筋トレと呼ばれるマインドフルネス瞑想を誰もが楽しく実践できる場を広げる活動を行なっています。

Instagram : https://www.instagram.com/awakeme_mindfulness/

