

## 道路空間に新たな価値を創造

# 夜のマインドフルネス&のだて体験@YAESU st. PARKLET

## 隈研吾建築都市設計事務所監修の屋外設置ツール「三種の神器」発表

グリーンインフラやコミュニティ開発を手掛ける東邦レオ株式会社（本社：大阪府中央区、代表：吉川 稔）は、東京駅前、八重洲通りの道路空間を活用した期間限定のパブリックスペース「YAESU st. PARKLET（イエスストリートパークレット）」にて、10月24日（火）と30日（月）の2日間、夜のマインドフルネス\*と、野外のお茶会、野点（のだて）の体験イベント「八重洲 MINDFULNESS NIGHT」を開催します。本イベントでは、隈研吾建築都市設計事務所監修によって、「和傘」「火鉢」「壺」をリデザインしたファシリティ「三種の神器」を設え、野点（のだて）体験を彩ります。慌ただしい日常の中で、「今ここにいる」ことを体験するイベントを通じて、道路空間に新たな価値を創造します。\*マインドフルネス：今この瞬間に意識を向け、集中する状態



▶公式 web サイト：<https://yaesu-mindfulness.peatix.com/>

### 八重洲 Mindfulness Night 開催：10月24日（火）、10月30日（月）

八重洲で働く人々を中心に、都会の喧騒の中で、“今ここにいる”ことを体験する2つの体験を盛り込んだプログラムを実施します。お仕事終わりの時間帯に、気軽に立ち寄れる、つかの間のマインドフルなひと時をお楽しみいただけます。あっという間に過ぎてしまう時間、それぞれに流れている時間。その中で、意図的に立ち止まって、その時間を心身で感じ、“今ここにいる”ことを体験するプログラムです。

## ◆ 「Mindfulness Breathwork & Meditation」

IGNITE YOGA 認定講師 Sasaki Megumi さんをお招きし、呼吸法と瞑想のワークショップを開催します。

大都市東京の喧騒の中、呼吸に意識を向けて、瞑想状態へと入っていきます。

聞こえてくる音、頬に感じる風、通り過ぎる香り。いつもは何気なく過ぎて行く喧噪を感じて、今ここにいる自分をマインドフルに体験していきます。



### Sasaki Megumi プロフィール

IGNITE YOGA STUDIO 公認インストラクター。大学卒業後、旅行会社などを経て長年の夢であった海外生活をオーストラリア、シドニーで始める。パリスタとしてカフェで働いていたが長時間の勤務や異文化で生活することにストレスを感じることもあった。そんな時、家の近くにあったヨガスタジオに行ったことがきっかけでヨガの魅力にはまっていく。レッスンの度に体は軽く、頭がクリアにそして心が楽になることに気付きヨガをもっと学びたいと思い始める。9年間の海外生活を終え日本に帰国し、インストラクターの資格を取得。

マットの上で自分自身と向き合い、自分らしさを再発見できるヨガの魅力を 1 人でも多くの人に伝えるべく IGNITE YOGA STUDIO インストラクターとして活動中。

## ◆ 「Mindfulness Tea Ceremony」

陶芸家山田翔太さんによる夜のお茶会を開催します。茶道というと、格式が高く、その手順やルールが難しい印象がありますが、今回開催するお茶会は、夜の東京で茶道をマインドフルに感じる野点（のだて）スタイルの体験会です。

野点（のだて）とは、屋外で開催するお茶会のこと、今回は東京の都会の風を感じられる野外空間で開催します。

器の手触り、お茶の香りや色、温度、味わいなど、ひとつひとつをマインドフルに丁寧に感じていただくプログラムです。



### 山田翔太 プロフィール

10代から独学で陶芸を始める。東京を拠点に作陶。遠州流茶道で茶の湯の世界を学び、茶盃を中心とした作品を制作。銀座靖山画廊の所属アーティストとして個展を開催。茶盃や茶の湯をとおして日本の美意識である"みだての世界"を伝える講師としても活動。lululemon 等のブランドアンバサダーとして、自然の中など様々なフィールドでスポーツとアートと日本文化をつなぐイベントを開催。またフランスなど海外でも作品の個展や茶会をとおして日本文化を世界に伝える活動をしている。

### 【開催概要】

開催日程：2023年10/24(火)、10/30(月)

開催時間：10/24(火) ①18:00～、② 19:30～

10/30(月) ③18:00～、④19:30～

各回：瞑想 20 分、お茶 40 分のプログラムです。

参加方法：各回の 30 分前よりパークレット現地にて受付を行います。当日の飛び入り参加も可能です。

定員：10 名程度

会場：中央区八重洲二丁目内 八重洲通り南側（東京ミッドタウン八重洲前）

持ち物：特になし ※座りやすい格好でお越しください。

注意事項：雨天中止

## 隈研吾建築都市設計事務所監修 野点の新スタイル「3種の神器」を設置

YAESU st. PARKLET では、それぞれの時間を、安全に、心地よく過ごせるよう様々な工夫を凝らした、隈研吾建築都市設計事務所監修の、「和傘」「火鉢」「畳」をリデザインした屋外設置ツール「3種の神器」を設え、くつろぎの空間を演出しています。

コンクリートのハコから出て屋外をもっと楽しむために「和傘」「火鉢」「畳」をリデザインして「3種の神器」と名付けた。ソーラー発電機能付カサは、暗くなると暖かな明かりを灯し、止水ジッパーで連結させると人が集う大きなパーゴラとなる。和傘の機構を発展させた折りたたみ可能なヒバチにはちょっとした飲みものを温められるヒーターを搭載した。ジッパーでつながっていく防水のタタミは、どこにでも素足になれる心地よい場所を作る。

隈研吾



DJ ami



日本のアイデンティティを現代のスタイルの中に宿らせる佇まいと、そこでそれぞれの時間を過ごす人々の姿は、周辺で働く人々をはじめ、日本を訪れる外国人観光客の方々の目にも止まり、自然と引き寄せ、様々な人々のつかの間の憩いの場となります。

期間：2023年10月3日(火)～10月31日(火)

場所：YAESU st. PARKLET 内

## YAESU st. PARKLET について

YAESU st. PARKLET は、東京駅前の八重洲・日本橋・京橋エリアをウォークアブルなまちにしていくことを目的に2023年10月3日(火)～10月31日(火)の期間限定にて、八重洲通りの道路空間の一部を活用し創出されたパブリックスペースです。ウッドデッキ、植栽プランターやテーブルを設置し、食や体験に関する様々なコンテンツを展開しており、利用者からもご意見をいただくことで、今後の歩行者ネットワーク強化に関する取り組みに反映していきたいと考えています。

### 【開催概要】

開催場所：東京都中央区八重洲二丁目内 八重洲通り南側(東京ミッドタウン八重洲前)

開催期間：2023年10月3日(火)～10月31日(火)

主催：東京駅前地区駐車対策協議会

一般社団法人東京駅前地区まちづくり推進協議会

協力: 株式会社交通総合研究所、東邦レオ株式会社、合同会社 ishau

後援: 中央区

公式 HP : <https://tokyo-suishinkyo.com/>

## 東邦レオ株式会社について



1965 年の創業以来、緑地空間設計のためのグリーンインフラ技術から、ライフスタイルや働き方、環境への姿勢など広義の「グリーン」を軸に事業を展開。都市におけるオフィスや集合住宅、商業施設など、人々が過ごす空間を対象としてハードとソフト両面から街づくりへ技術力と編集力で貢献します。

緑に人が集まり、そこに集う人々が主役となり場の価値を高める「コミュニティ・デベロップメント」事業を通じて、住環境の向上に貢献し、CSV 経営を実践し続けています。

名称 : 東邦レオ株式会社  
代表取締役社長 : 吉川 稔  
所在地 : 大阪府中央区上町 1 丁目 1-18  
公式 HP : <https://www.toho-leo.co.jp/>