

今年はオンライン・対面併用開催となります!ご都合のよい形でご参加ください!

NPO法人沖ヨガ協会主催 令和2年(第13回協会合宿)・NPO法人沖ヨガ協会の第12回通常総会

# 沖ヨガ国際キャンプ in千葉

日時：令和2年11月20日(金) 13時受付～22日(日) 13時解散

## アフターコロナ 今を生きる

～ 沖ヨガで自分らしく。ブレない心、強い体、生活をヨガにする。～

新型コロナウイルスは社会に大きな爪痕を残しました。情報統制の中、耐乏する生活を過ごした私たちは、感染の恐怖と運動量の低下から心身ともに衰弱しました。また、他者への不信感は心にも傷を与えました。反面、このような疫禍の中で「生きている」ことを実感なされた方もたくさんおられるでしょう。

この病と共に生活するにはどうすれば良いのでしょうか。自然治癒能力と免疫力を高め、心を強くし、自他共に幸福に生きる方法はヨガ的な生活が教えてくれます。国際キャンプでは、様々な分野の講師の方々が具体的な方法を皆様に示してくださるでしょう。



	20日(金)	21日(土)	22日(日)
9:00 10:30		鈴木伸枝 三密と内観と放下を伴う 動禅ヨガ	台湾沖道瑜伽会(予定)
11:00 12:30	13時受付	山口創 教授 桜美林大学 心の免疫力を高める	石井三郎 心と身体のほぐし
14:00 15:30	珠数孝 アサナの修正法	北山佐和子 姿勢と呼吸が気分・気持ち を変化できるゾー	NPO法人沖ヨガ協会 第12回総会(正会員のみ)
16:00 17:30	見山敏 内なる声に従えば 人生がすべてうまくいく	森朝子 イギリス沖道ヨガ 自分の内側に聴くために 大事なこと ～アサナの練習を通して	
19:00 21:00	龍村修 生きている宗教の 発見について	座談会 龍村修・北山佐和子 鴻巣盛兄・森朝子	

講座詳細は随時  
ホームページへ  
公開いたします!

日本テレビ系列「世界一うけたい授業」やNHK「チコちゃんに叱られる」をはじめ、数多くのメディアにも登場するタッチと皮膚学の権威！

# 「心の免疫力を高める」

特別講演 山口創 教授 桜美林大学



## 山口創教授プロフィール

1967年静岡県生まれ。早稲田大学大学院人間科学研究科博士課程修了。桜美林大学教授(健康心理学・身体心理学)。博士(人間科学)。臨床心理士。主な著書に「幸せになる脳はだっこで育つ」(廣済堂出版)、「腸・皮膚・筋肉が心の不調を治す」(さくら舎)、「手の治癒力」(草思社)。「皮膚という「脳」心をあやつる神秘的機能」(東京書籍)などがある。

## 北山佐和子先生による「沖ヨガ式カウセリングタイム。」のご案内。

身体は目に見える心。心は目に見えない身体。 by 医学博士 樋田和彦氏。

身体の歪みや各トラブル、人間関係、日常生活のヨガ指導関係以外の問題なども、沖ヨガ的に俯瞰して解決糸口に近づけてゆきましょう。

カウセリング時間：お一人30分(原則)。 参加費：NPO沖ヨガ協会に、当日寄付をお願い致します。

## 対面参加会場

トーセイホテル  
& セミナー幕張  
(旧：幕張セミナーハウス)



〒275-0024  
千葉県習志野市茜浜2-3-2  
TEL 047-452-0670  
<https://tosei-hotelseminar.co.jp/makuhari/>

JR京葉線 新習志野駅から徒歩2分  
※2017年5月の国際キャンプの会場と同じです。

## オンライン参加

zoomを使用してオンライン開催いたします。

- 1) お申込み完了者には、11月18日(木)までにZOOMの登録用URLをお送りしますので、届き次第ご登録ください。
- 2) 登録後発行されるURLで待機室に入室できます。
- 3) お振込み・参加希望日の確認のとれた方に入室許可をします。
- 4) 各講座、待機室には、10分前から入室できます。ZOOMに慣れない方は早めに入出し接続のチェックをお願い致します。
- 5) オーディオに参加の欄は、「インターネットを使用した通話」を選択してください。こちらを選択しないと音声聞こえません。
- 6) ご自身を映すカメラはオンに設定してあります。顔を出したく無い方はオフに切り替えてください。

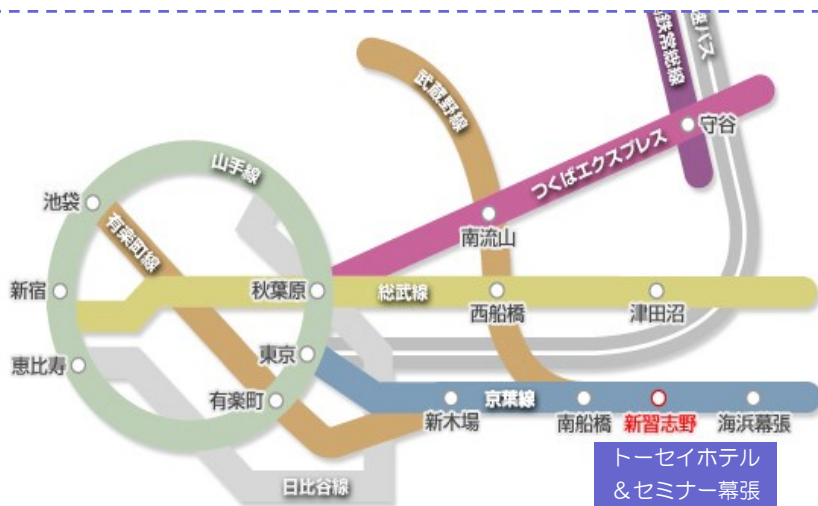
## 交通

### 東京駅より35分

東京 ————— 新習志野  
JR京葉各駅停車にて35分

### 羽田空港より連絡バスにて60分

羽田 ————— 海浜幕張 ————— 新習志野  
60分 3分



# 2020年 沖ヨガ国際キャンプオンライン参加申込について

参加期間	20夕	21日朝	22日夕	22日朝	早割 10/20迄	正規	学割
20日午後	3講座				¥9,000	¥10,000	¥3,000
21日午前		2講座			¥5,000	¥6,000	¥2,000
21日午後			3講座		¥9,000	¥10,000	¥3,000
22日午前				2講座	¥5,000	¥6,000	¥2,000

## ① オンライン参加はインターネット申込フォームからのみ、お申し込みいただけます。

<https://bit.ly/2GGGNSR> (右のQRコードでアクセス可)



※インターネット申込みフォームよりお申込みいただくと、自動返信メールよりすぐに返信があります。  
返信がない場合は、メールアドレスの入力に誤りがありますので、再入力をお願い致します。

※ 携帯メールの場合は、gmail.comからのメールおよび、no-reply@zoom.usからのメールが届くように拒否設定を変更してください。拒否設定が不明の場合には、携帯メールではないパソコンメールを記述してください。

## ② 上記の表より、参加講座分の参加献金のご寄付をお願い致します。

下記口座へ事前にお振込みください。

ゆうちょ銀行 00980-6-4151

名義：NPO法人沖ヨガ協会

★欠席なされた場合、一旦振り込まれた寄付金はお返しすることはできません。

次回分や、他の沖ヨガ協会の講座の寄付金としてご利用していただけます。ご連絡の上ご相談ください。

★受領書は保管してください。

※寄付で運営していくNPOのあり方として、参加費ではなくご寄付のお願いをしております。

どうかご理解、ご協力をお願いします。総会議案書への匿名希望者は申込み記入欄「寄付金匿名」に印をつけてください

**申し込み期限** 令和2年11月13日(金) / 早割 令和2年10月20日(月)

### ※注意※

- ◆ 初めてZoomをご利用の方は、事前にご使用される端末にZoomのアプリ (ZOOM Cloud Meetings) をダウンロードをしてください。  
[https://zoom.us/download#client\\_4meeting](https://zoom.us/download#client_4meeting)  
パソコンの場合は「ミーティング用Zoomクライアント」をクリックしてください。
- ◆ zoomを既にお持ちの方は、アプリケーションを最新版バージョン5)に更新してください。  
古いものだとうまく接続できないことがありました。バージョン5以上なら問題ありません。  
バージョンの確認方法は下記をクリックしてご参照ください。
- ◆ クラス中はマイクをオフにしてください。
- ◆ 音声・画質に関しては、各家庭のインターネット回線状況にも左右されますのでご了承ください。
- ◆ 不安のある方は、下記を参考にしてください。また、事前に接続テストをご希望の方はkyoukai@okiyoga.comまでご連絡ください  
<https://helpdesk.rikkyo.ac.jp/online/zoom/update>



# 正会員 2020年 沖ヨガ国際キャンプ 対面参加申込書

- ※ 正会員の方は、当法人の目的に賛同し、事業に積極的に参画する意思を持ち、総会で議決権を有します。総会への積極的な参加をお願いいたします。
- ※ 正会員の方へ、総会のご案内は11月上旬にお届けいたします。

## お申込手順

- 1 下記、申込記入欄に明記し、このページを郵送・FAXで送信するか、下記、申込フォームにて、申込内容を送付してください。

郵送：〒164-0003 東京都中野区東中野4-9-1 第一元太ビル4B FAX：03-6369-3216  
申込フォーム：<https://bit.ly/3jKw4FC> (右のQRコードでアクセス可)



- 2 あわせて下記口座へ振込み金額をご入金ください。ご入金をもって申込完了となります。お振込金額から、宿泊費や食費の実費を差し引いた金額は参加献金とさせていただきます。

銀行名：ゆうちょ銀行 記号番号：00980-6-4151 名義：NPO法人沖ヨガ協会

申し込み期限 令和2年11月13日(金) /早割 令和2年10月20日(月)

※お申込みを頂いた方へ、11月上旬より順次詳しいご案内を送付致します。

お問合せ 沖ヨガ協会事務局・沖ヨガ国際キャンプ実行委員会まで

TEL: 03-6908-5613 FAX: 03-6369-3216 MAIL: kyoukai@okiyoga.com

## 申込記入欄 (可能な限り全欄ご記入ください)

フリガナ

①氏名

②性別 男 / 女 ③生年月日

※保険加入のため必須

〒  
④住所

⑤電話

(できれば携帯) ⑥FAX

⑦MAIL

⑧菜食希望  菜食をご希望の方はチェックをいれてください。

⑨参加希望日

⑩  寄付金匿名

寄付で運営していくNPOのあり方として、参加費ではなくご寄付のお願いをしております。どうかご理解、ご協力をお願いします。総会議案書への匿名希望者は申込み記入欄「寄付金匿名」に印をつけてください。

参加期間	食事					希望	早割 10/20迄	希望	正規	希望	学割
	20夕	21朝	21昼	21夕	22朝						
2泊3日	○	○	○	○	○		¥39,000		¥42,000		¥22,000
1泊2日	○	○	×				¥21,000		¥23,000		¥11,500
(20,21日)	○	○	○				¥22,000		¥24,000		¥13,500
1泊2日			×	○	○		¥21,000		¥23,000		¥11,500
(21,22日)			○	○	○		¥22,000		¥24,000		¥13,500
20日午後	×						¥9,000		¥10,000		¥2,000
	○						¥11,000		¥12,000		¥4,000
21日終日		×	×	×			¥11,000		¥12,000		¥2,000
		×	○	○			¥15,000		¥16,000		¥6,500
22日午前					×		¥5,000		¥6,000		¥2,000

総会に出席(昼食付き)

¥1,650

総会に出席する

¥0

オンラインで総会に出席する

¥0

※ 合宿参加希望日と、総会出席希望について  
にをいれてください。