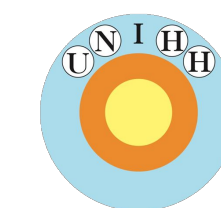


UNI H&H 大学院主宰オンラインサロン
KAI-ZEN SALON

ご入会からサービス開始までの流れ

- ①概要説明
- ②入会申込について
- ③入会金のご入金
- ④サイト会員登録と月会費登録
- ⑤会員メニューの紹介



①概要説明 — KAI-ZEN SALONとは？



KAI-ZEN SALONは一般財団法人UNI H&H大学院が主宰するオンラインサロンです。 (uni-hh.com)

私たちは、「瞑想」や「利他の精神」を科学的に学び実践を続けることで、ニューノーマル時代における免疫力・変化適応力・レジリエンス力の向上を目的とした、人間として共に成長できる場づくりを目指しています。

UNI H&H… 心・体・魂を統一する（UNI）と、健康（Health）と幸福（Happiness）が顕在するという意味が込められています。
KAI-ZEN…日々続けられる心地よい禅「快禅」を通じて、日々人間力を磨き「改善」していくという意味が込められています。

①概要説明 ー紹介による会員制サロン



KAI-ZEN SALONは現会員の紹介によってのみ入会することが可能です。
スマホやPCがあれば、いつでもどこからでも会員ページにアクセスすることができ、ご自身のタイミングで学んでいただくことができるe-Learning形式をとっています。
また、定期的にオンライン開催される講師による実践サロンやシェア会に参加することで、対話を通してお互いの人間性を高め合っていくことができるシステムを構築しています。

<会員向けコンテンツ>

- ①独自に構築した学問「ESP学」の動画受講
- ②独自の瞑想法に関するオリジナル音源の無制限ストリーミング視聴
- ③講師主催のESP学オンラインシェア会・定期オンライン瞑想実践会の実施
- ④快禅に関する短い講座動画集の無制限視聴
- ⑤過去に開催した講演会・特別勉強会動画の無制限視聴
- ⑥独自教材（音源）の販売



入会金：33,000円（税込）特典付き / 月会費：9,900円（税込）12ヶ月継続

②入会申込について — 入会案内ページ

UNI H&H大学院主宰オンラインサロン
KAI-ZEN SALON

KAIZEN-SALONとは？ **入会案内** 会員メニュー 問い合わせ



＜ご入会までの流れ＞

- ①当大学院講師または会員の推薦及び紹介が必要となります。
- ②下記の会員規定を熟読の上、最下部の「入会申込ボタン」より手続きを行ってください。
- ③内容確認後、事務局より入会金33,000円（税込）のご請求の連絡を致します。
- ④月会費登録（月額9,900円・税込・12ヶ月間継続）を行うと会員メニューを閲覧可能になります。
- ⑤入会申込フォームより入会申請後は、基本的に事務局からの指示をお待ちください。

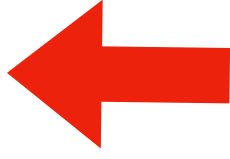
【会員に関する規程】

第1条（目的）
この規程は、定款第47条の規定に基づき、この法人（以下「当大学院」という。）の会員の入会及び退会並びに入会金及び会費の納入に関し必要な事項を定めるものである。

中略

第13条（補則）
この規程の実施に関し必要な事項は、理事長が別に定める。

附 則
平成31年4月1日制定
令和2年8月1日改定



規約に同意して入会を申し込む

特定商取引法に基づく表示

個人情報保護方針

 Log In

入会案内ページより会員規定をよくお読みの上、ページ最下部の申込フォームボタンより手続きを行ってください。
（uni-hh.com）

ボタンを押すと入会申込フォーム画面に遷移します。
（次項参照）

②入会申込について ― 申込フォームの送信

入会申込みフォーム

ふりがな *

例：たなか いちろう

姓名 *

例：田中 一郎

郵便番号 *

000-0000

住所 *

大阪府吹田市豊津町0-0-0

メールアドレス *

例：mail@example.com

電話番号 *

例：090-0000-0000

FAX

06-0000-0000

業種または職業

例：会社員

紹介者名 *

UNI H&H大学院 山田和子

入会費のお支払い方法 *

☐ クレジットカード

☐ 銀行振込

送信する

申込フォームの各項目に必要な事項を全てご記入ください。
（＊は必須項目です）

住所は入会費特典の所定教材を送付する際に必要となります。

紹介者名（現会員の氏名）を必ず間違えのないようご入力ください。推薦者や紹介者のいない場合、お申し込みいただくことはできません。

お支払い方法を必ず選択の上、入力内容を全て確認した後、「送信する」ボタンを押して申請してください。

内容を確認後、事務局より入会費に関するご案内を登録メールアドレス宛に送付致します。

③入会金のご入金について

当大学院事務局（info@uni-hh-daigakuin.com）より案内メールが届いたら入会金のご入金手続きを以下の通り行ってください。

- ・銀行振込の場合：メールに記載の銀行口座にお振込（完了時にご一報いただけるとスムーズです）
- ・クレジットカードの場合：決済用のインボイスをメールで送付いたします。届いたメール上でそのまま決済が可能です。（対応カード会社はVISA / MASTER / AMEXのみ）



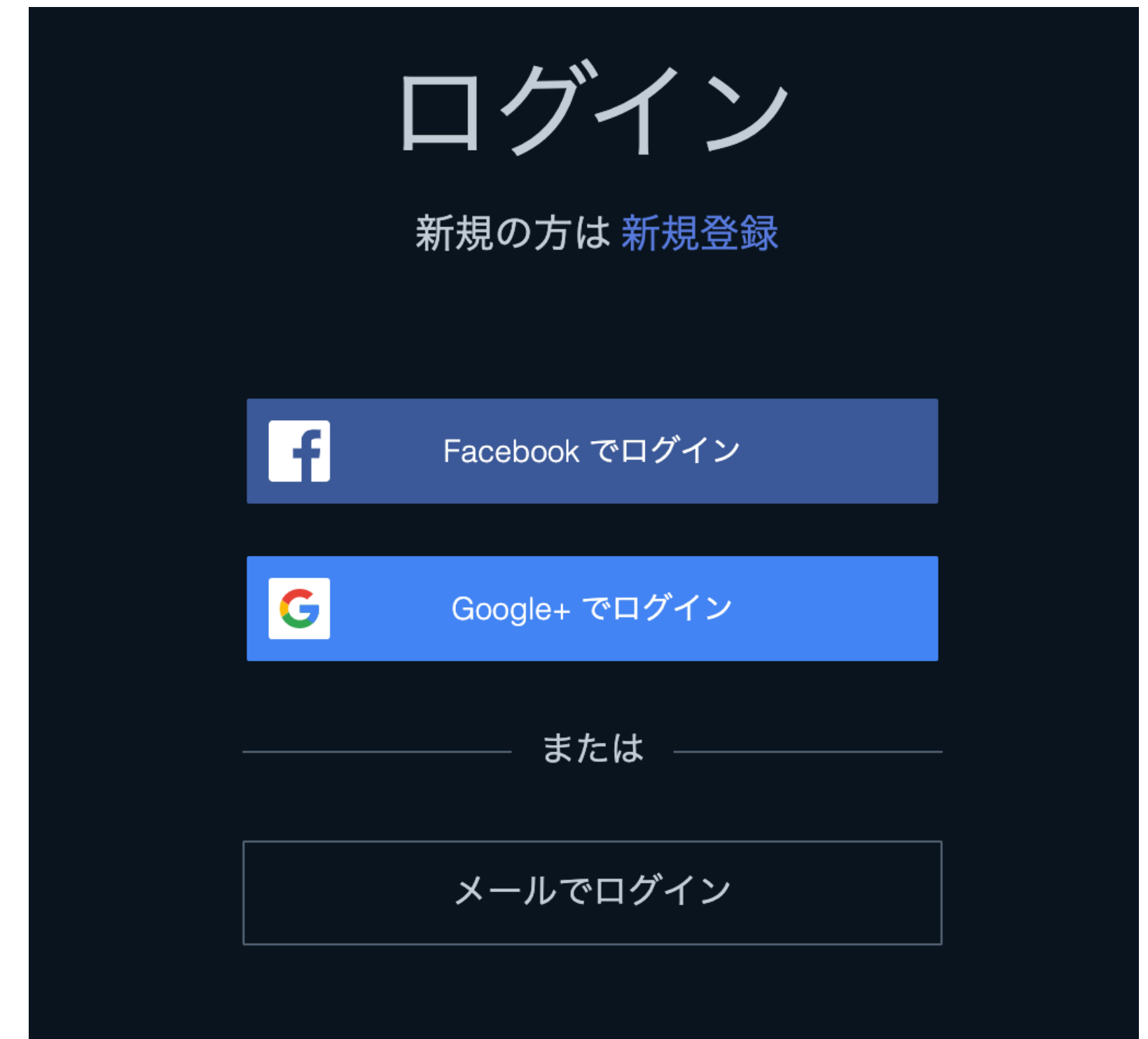
ご入金確認次第、入会特典を登録住所に配送いたします。

その後、サイト会員に①新規登録いただき、②会費登録いただくためのご案内メールを事務局より送付致します。

月会費登録が完了しますと会員メニューの閲覧が可能となります。

（詳しくは次項参照）

④ サイト会員登録について



①のログインバーからサイト会員新規登録を行ってください。必要な情報は氏名とメールアドレスだけです。申請後、事務局の承認を以て登録が完了します。こちらに登録いただくことでサイト上にマイページが作成されます。また、会費登録することができるようになります。FacebookまたはGoogleのアカウントをお持ちの方はそのままご使用いただけます。新たにアカウントを作成いただくことも可能です。

④月会費登録について



ログイン後、②会費登録から月会費登録を行ってください。
ここでは原則としてクレジットカードでの決済のみとなります。登録すると毎月課金が発生するサブスクリプションサービスとして最低12ヶ月間継続されます。
その後の更新については「任意」となります。
月会費登録すると会員メニューを閲覧可能になります。

⑤会員メニューの紹介



月会費登録すると以下のサービスが受けられます。

- ①ESP学講座プログラムの受講
- ②実践用音源の視聴
- ③オンラインサロンへの参加
- ④快禅動画集の視聴
- ⑤講演会動画アーカイブの視聴
- ⑥追加コンテンツの購入（有料）

⑤会員メニューの紹介 — ESP学講座

ESP学講座動画

<学習の流れ>

- ・週に1回のペースで1つずつ動画を視聴していきましょう。
- ・1回視聴が終わるごとに講師開催によるシェア会にご参加ください。
- ・知識と実践（体感）を両輪で進めていくため、まとめて知識の部分だけ進めてしまって体感を伴っていない状態は望ましくありません。
- ・以下の体感シェアシートと振り返りシートを必ず毎回のシェア会でご提出下さい。
 - 体感シェアシート：シェア会前日までに体感したことを項目に沿ってご記入ください。
 - 振り返りシート：動画を視聴して気づきや学び、質問などをご記入ください。
- ・毎回のシェア会はそれらのシートを基に対話していきます。
(シェア会の日時は[コチラ](#)からご確認ください)
- ・シェア会はどのような進捗状況の方であっても一緒に対話ができる貴重な場です。
- ・動画はYoutube限定公開にて提供しています。取扱には十分お気をつけ下さい。



初級テキスト.pdf



上級テキスト.pdf



体感シェアシート.pdf

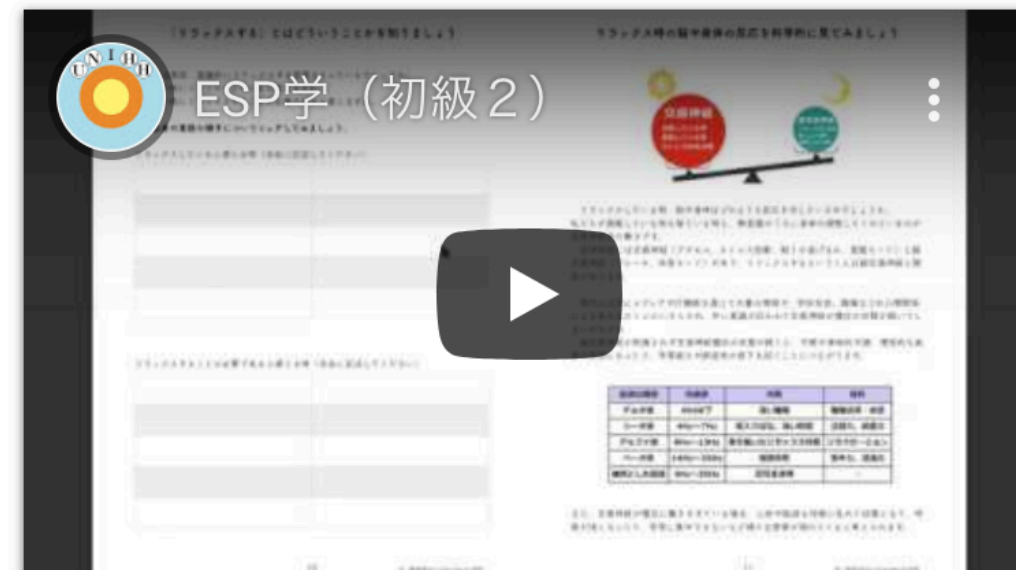


振り返りシート.pdf

1 週目（約35分）



2 週目（約43分）



全8回＋課題レポートで構成されるESP学講座は、動画視聴による科学的な学びと毎週行われる体感シェア会を通じて、知識と実践の体得を同時並行で進めていくことができるメインコンテンツです。

全ての修了には、順調に進んで、約3ヶ月ほどかかります。

どのような進捗状況の方であってもシェア会に参加できるので、色々な段階の方との対話を通じて自己を高める機会としてください。

⑤会員メニューの紹介 — 瞑想実践用音源

実践用音源視聴ページ

習慣化するために毎日できるだけ決まった時間に実践してみましょう。
モチベーションを維持するために、定期的に開催される講師開催の実践会などに積極的に参加しましょう。

SO-AM呼吸法（初級）

SO-AM呼吸法_練習用

00:00 / 09:42

SO-AM呼吸法の初級編です。誘導形式で深呼吸から徐々にリラックスを深め、最後にSO-AM呼吸法を行います。
まずは3秒吸って6秒吐けるようになることを目指していきます。

SO-AM呼吸法_実践用（SO-AMのみ）

00:00 / 09:33

SO-AMのみを繰り返す音源です。練習用に慣れてきたら徐々にこちらに切り替えていきましょう。無理なく6秒吐けるようになってきたら上級編も進んでみましょう。

SO-AM呼吸法（上級）

SO-AM呼吸法_上級（9次元瞑想含む）

00:00 / 17:55

SO-AM呼吸法のリズムをより長くしたロングバージョンです。
6秒吸って12秒吐く程度のリズムで呼吸を繰り返します。
6秒吐くの慣れてきたらこのロングバージョンも試してみましょう。

9次元瞑想のみ

00:00 / 03:12

感謝のお祈りを3分間で3回唱えるシンプルな瞑想法です。
荘厳な音楽に合わせて全ての対象に畏敬の念と感謝をお伝えしましょう。

光の瞑想シリーズ

リラクスイメージトレーニング（ロング）

00:00 / 14:40

自律訓練法をベースとしたイメージトレーニング用誘導瞑想音源です。
音源の流れに任せて身をゆだね、深いリラックスを味わいましょう。
最初に誕生日3回想い描くことで、訓練に慣れてくると素早く心身をコントロールできるようになってきます。

実践用音源ページではいつでもどこでも通信環境があれば瞑想を実践していただける全ての瞑想法音源が記載されているページです。
全部で9種類の音源があります。
※ストリーミング再生のみでダウンロードはできません

それぞれの体感の段階に合わせて、ステップアップしていきましょう。

⑤会員メニューの紹介 — オンラインサロン

オンラインサロンのご案内

参加するにはZOOMアカウントを取得する必要があります。

[PC版](#) / [IOS版](#) / [Andoroid版](#)

※接続方法など不明な点がある場合はサポート致します。



毎週日曜日（※お申込不要）

KAI-ZEN茶論 午前10:00-11:00

ESP学講座に関する講師と参加者による体感や気づき、学びのシェアを行う定期サロンです。



ファシリテータ：植田祐太
ZOOM ID: 225 073 6026
パスコード: 36988



左のアイコンをクリック（タップ）すると
ミーティングルームに自動接続されます



毎週日曜日（※お申込不要）

自律訓練法の実践 午前9:30-10:00

自律訓練のための瞑想法の初級リラックスイメージトレーニングの実践をし、体感をシェアします。



ファシリテータ：植田祐太
ZOOM ID: 225 073 6026
パスコード: 36988



左のアイコンをクリック（タップ）すると
ミーティングルームに自動接続されます



毎週土曜日（※お申込不要）

光の瞑想会 午前9:00-9:45

上級瞑想の「光の瞑想」の実践をし、体感をシェアします。基本的にプログラムを全て終えた方対象の会です。



ファシリテータ：植田祐太
ZOOM ID: 225 073 6026
パスコード: 36988



左のアイコンをクリック（タップ）すると
ミーティングルームに自動接続されます

オンラインサロンでは、会議ソフトZOOMを用いて、ESP学講座を学んでいる方対象のシェア会や継続的に瞑想を続けていくための実践会を開催しています。

積極的に参加して気づきや体感をどんどん深めていきましょう。

⑤会員メニューの紹介 ー快禅動画集

<実践に関する動画>

快禅「SO-AM呼吸禅の実践」



快禅「SO-AM手印禅の実践」



<知識に関する動画>

教育「超高速学習法」



教育「英語耳を育むモーツァルト」



快禅動画集ページでは、快禅に関する短い動画集をポイントごとにご覧いただけるようになっています。（全12本）
復習や大事なポイントの理解を深めるためにぜひご活用ください。

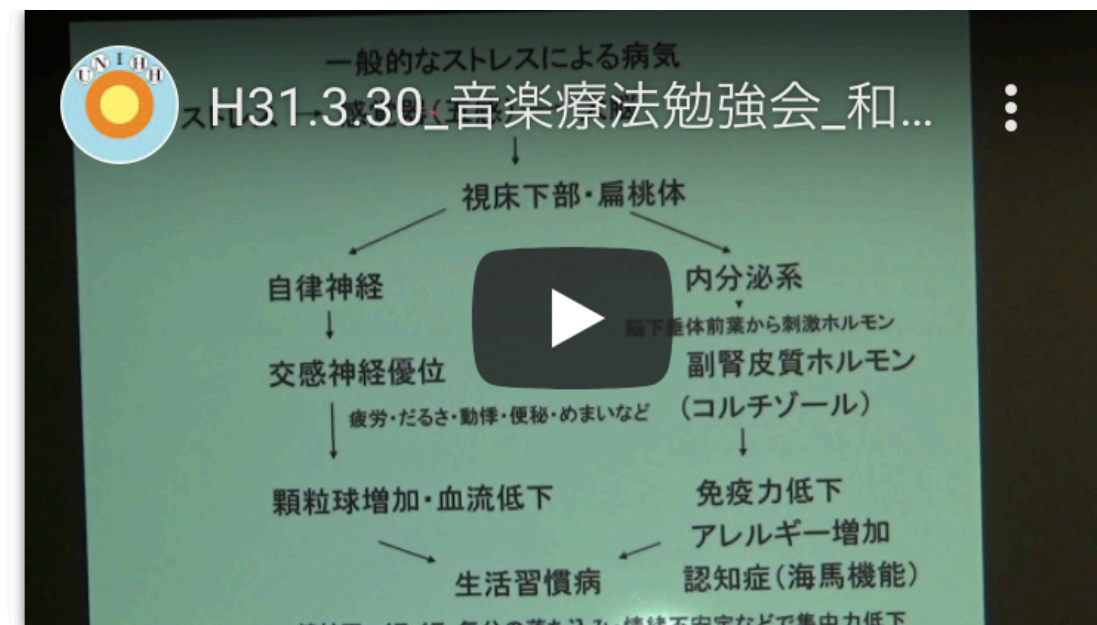
1つ1つ簡単な講座の動画になっていますので、隙間時間などで学びを深めていただくことができます。

⑤会員メニューの紹介 ―講演会アーカイブ

脳科学と医学から見たこれからの幼児教育
とリーダーシップ講演会 (H31.04.21)
by 林成之先生/高橋徳先生



音楽療法勉強会 (H31.3.30)
by 和合治久先生



オキシトシン勉強会 (H30.2.17)
by 高橋徳先生



呼吸法勉強会 (H30.04.22)
by 大山良徳先生



講演会アーカイブページでは、当
大学院で過去に開催した特別講演
会や勉強会の動画をご覧いただけ
ます。(全6本)

各分野の権威の先生方や著名な方
をお呼びして開催した内容ですの
で、ぜひ学びを深めるためにご活
用ください。

UNI H&H 大学院主宰オンラインサロン
KAI-ZEN SALON



一般財団法人UNI H&H大学院