

2024年8月20日（火）
渋谷スクランブルスクエア株式会社

渋谷上空 229mから始まる 1 日 秋の「Morning Activity」は 3 種類！ “渋谷最高峰で問いの感性を磨くワークショップ” “ピラティス” “瞑想” 9月1日（日）より順次開催

「渋谷スクランブルスクエア」の 14 階・45 階・46 階・屋上に位置する展望施設「SHIBUYA SKY（渋谷スカイ）」では、1 年間を通して、「渋谷上空 229mから始まる 1 日」をテーマに多様な「Morning Activity」を企画しております。秋の澄んだ空の下、渋谷上空 229mの圧倒的な解放感の中で 1 日を始めることができる朝活イベントを 3 種類ご用意いたしました。

新たな朝活イベントとして、多様な人たちが交差・交流し、社会価値につながるアイデアや新規事業を生み出すことを目指した共創施設「SHIBUYA QWS」と“渋谷最高峰で問いの感性を磨くワークショップ”を開催。360 度の景色を眺めるにとどまらず、一連の体験を通じて知的好奇心を刺激し、想像力を育む展望装置である SHIBUYA SKY で、新しい「問い」に出会いませんか。（Morning Activity 特設サイト：<https://www.shibuya-scramble-square.com/sky/morningactivity/>）

9/8（日）渋谷最高峰で問いの感性を磨くワークショップ

あなたの「問い」はなんですか？自分のなかで「問う」プロセスの立ち上がりを感じ取るワークショップ。渋谷の頂上で問いを解放し、日常では思いつかない「問い」に出会いませんか？

・・・ 2P～3P

イメージ▶



9/29（日）・10/6（日） ROOFTOP PILATES

渋谷上空 229mから始まる 1 日。オープンエアの屋上展望空間で秋空の下、心身を解放し、身体を整える「ピラティス」のプログラムをお届けします。

・・・ 3P

イメージ▶

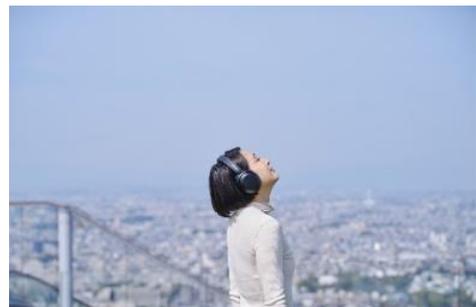


9/1（日）・10/13（日）・11/10（日） 360 度の瞑想体験

360 度の展望体験と 360 度の没入サウンドによる独自の瞑想プログラム。お一人で自由に動き回りながら静かな SHIBUYA SKY の世界に浸り、意識を解放する体験をお届けします。

・・・ 4P

イメージ▶



< 本件に関する報道関係者さまからのお問合せ先 >
渋谷スクランブルスクエア PR 事務局（株式会社サニーサイドアップ内）
担当： 岡山（070-3315-4410）、蟹江（080-3438-6047）、土居（090-6653-2270）
E-mail：scramble_square_pr@ssu.co.jp

Morning Activity SKY×QWS CULTIVATION PROGRAM

○概要：

あなたの「問い」はなんですか？知りたい情報を検索すれば、すぐに「答え」が見つかる時代。生活するなかで、そもそもどんな「問い」に向き合うかが、重要になってきているとも言えます。

本イベントは、「問いの感性」を耕す SHIBUYA QWS 独自のプログラム『QWS CULTIVATION PROGRAM』を、知的好奇心を刺激し、想像力を育む展望装置である SHIBUYA SKY でご体感いただく特別なワークショップです。

渋谷の頂上で問いを解放し、日常では思いつかない「問い」に出会いませんか？

○開催日：9月8日（日）

○開催時間：9:00～11:30 (8:45 集合)

※ワークショップ終了後、ご自由に SHIBUYA SKY をお楽しみいただけます

○開催場所：SHIBUYA SKY

○チケット料金：4,500 円（税込） ※イベント前日の 12 時に申込を締め切ります ※定員になり次第販売終了

○チケット購入サイト：<https://cultivationprogramxsky-20240908.peatix.com>

○ご参加にあたっての注意事項：

- ・参加チケット（入場料込）は、専用サイトのみで販売します。（各日先着順）
- ・購入期限は各開催日の前日 12 時までですが、定員になり次第販売終了となります。
- ・窓口での販売はございません。SHIBUYA SKY PASSPORT（年間パスポート）をお持ちの場合でも、必ず事前に参加チケットをご購入ください。
- ・会場では、飲み物の販売は行っておりません。予めご持参ください。

その他、詳しい注意事項がございます。チケット購入画面で必ずご確認ください。

○PROGRAM：

STEP1 「問い」への入口

日常から離れ、感覚に身を委ねる移行空間「SKY GATE」で 14F から 45F へ。眼下に渋谷の街を見下ろす空間で、問いの感性を磨くワークショップは始まります。これから「問い」を探るためのイントロダクションやアイスブレイクを行います。



▲貸切の屋上から「問い」を探るシンキングタイム

STEP2 「問いアート」づくり -自分自身の「問い」を探る

貸し切りの屋上展望空間で 30 分間のシンキングタイム。360 度のパノラマビューを眺めながら、自分自身の「問い」を探していただきます。

（悪天候時は屋内展望回廊でシンキングタイムを行います。）

屋内に戻り、見つけた自分自身の「問い」をクレヨンで描き出し、「問いアート」と呼ばれる作品を制作します。



▲見つけた「問い」をアートに

STEP3 ギャラリーウォーク / ギャラリートーク -さまざまな「問い」と出会う

製作された「問いアート」は東京の景色を背景に窓に貼られ、参加者の作品を鑑賞します。自分一人では思い浮かばないような「問い」に触れ、インスパイアされて生まれたさらなる問いや気づきを、手元のポストイットに書き残します。



▲更なる「問い」が生まれる「問いのアート鑑賞」

STEP4 ダイアログ・セッション -あなたにとって「問い」「問う」とは？

改めて「問いとは何か？」に向き合い、それに対する自分なりの答えを書き出していく個人ワーク。その後、グループ内でそれぞれの答えを共有し、自らの「問い」に対する考え方を、対話を通してブラッシュアップします。

『QWS CULTIVATION PROGRAM』とは

ワークショップやイベント、アカデミックリサーチの支援などを通して、「問う」力や感性を耕す SHIBUYA QWS 独自のプログラムです。カリキュラム詳細は以下のページをご覧ください。<https://shibuya-qws.com/program/cultivation>

QWS CULTIVATION PROGRAM の【問いへの入り口】ワークショップとは

あなたの「問い」は、なんですか？ 「問い」に出会い、「問い」を眺めてみたり、「問い」に触れてみたり、「問い」に少し踏み込んでみたり。自分のなかで「問う」プロセスの立ち上がりを体感するワークショップです。「問う」プロセスに入ること、もっと問うてみたくなる自分と出会うはずですよ。

▼こんな方におすすめです！

- ・日常の中でモヤモヤを抱えている方
- ・普段会わない人と話してみたい方
- ・企画のタネになるような新しい視点に出会いたい方

▼これまでの参加者の感想 ※SHIBUYA QWS 内で過去開催時

- ・「問い」に対する理解が深まった！
- ・自分一人では思い浮かばないような「問い」に触れられた！
- ・新しい「問い」が立ち上がる瞬間を体感した！

参考レポート) <https://shibuya-qws.com/movement/qwsulpro2021>

プログラム監修：安齋 勇樹氏（株式会社 MIMIGURI 代表取締役 Co-CEO/東京大学大学院 情報学環 客員研究員）

Morning Activity ROOFTOP PILATES

○概要：

オープンエアの解放感あふれる空間で、朝から気持ちよく身体を動かし、心身を整える「ピラティス」のプログラムをお届けします。

○開催日：9月29日(日)・10月6日(日)

○開催時間：7:40~8:40 (受付 7:00~7:20)

○開催場所：屋上展望空間「SKY STAGE」

○チケット料金：4,500円(税込)

○Morning Activity 特設サイト：

<https://www.shibuya-scramble-square.com/sky/morningactivity/>

※9月9日(月)12:00 販売開始

○ご参加にあたっての注意事項：

- ・参加チケット(入場料込)は、チケット購入サイトのみで販売します。(各日先着順)
 - ・購入期限は各開催日の2日前までですが、定員になり次第販売終了となります。
 - ・窓口での販売はございません。SHIBUYA SKY PASSPORT(年間パスポート)をお持ちの場合でも、必ず事前に参加チケットをご購入ください。
 - ・**天候不良の場合は、中止となります。中止の場合、前日18:00までに中止のご案内と返金方法をご連絡いたします。**
 - ・ヨガマットの持ち込みは不可です。ヘリポートの人工芝の上での実施となります。
 - ・イベント当日は屋上へ飲み物をお持ち込みいただけます。会場では、飲み物の販売は行っていません。予めご持参ください。
- その他、詳しい注意事項がございます。チケット購入画面で必ずご確認ください。



▲前回開催時の様子

Morning Activity SKY SOUND MEDITATION

○概要：

瞑想家、佐々木衣里と、サウンドデザイナー黒瀧節也のコラボレーションによる、360度の展望体験と360度の没入サウンドを組み合わせた独自の瞑想プログラム。お一人で自由に動き回りながら、静かなSHIBUYA SKYの世界に浸り、意識を解放する特別な体験をお届けします。

○開催日：9月1日(日)・10月13日(日)・11月10日(日)

※毎月開催中、12月以降の開催日は随時公式サイトでご案内いたします

○開催時間：9:00～10:00 (8:45～9:00 受付)

○開催場所：晴天の場合は屋上展望空間「SKY STAGE」、
荒天の場合は屋内展望回廊「SKY GALLERY」でのプログラムになります

○チケット料金：3,500円(税込) ※定員になり次第販売終了

○特設サイト：<https://www.shibuya-scramble-square.com/sky/morningactivity/soundmeditation/>

※10月開催分は9月2日(月)12:00販売、11月開催分は10月14日(月)12:00販売開始

※特設サイト記載の注意事項を必ずご確認の上、ご購入ください



▲キービジュアル

<SHIBUYA SKY 概要>

本施設は、14階～45階の移行空間「SKY GATE」、日本最大級の屋上展望空間「SKY STAGE」、46階の屋内展望回廊「SKY GALLERY」の3つのゾーンで構成されております。渋谷最高峰の地上229mから広がる360度の景色を眺めるにとどまらず、一連の体験を通じて知的好奇心を刺激し、想像力を育む展望装置です。

名称：SHIBUYA SKY

フロア：14階(チケットカウンター)、45階・46階(屋内展望施設)、屋上(屋上展望空間)

高さ：地上229m

営業面積：屋上展望空間 約2,500㎡、屋内展望施設 約3,000㎡

営業時間：10:00～22:30(最終入場21:20) ※最新の営業時間は公式WEBサイトをご確認ください

休館日：元日(※臨時休館日あり)

公式WEBサイト：<https://www.shibuya-scramble-square.com/sky/>



<施設およびチケットに関するお問合せ先>

SHIBUYA SKYお問合せ窓口 TEL：03-4221-0229 (受付時間10:00～20:00)

<SHIBUYA QWS 概要>

SHIBUYA QWS は渋谷駅直結・直上ビル“渋谷スクランブルスクエア”の15階に位置する共創施設です。多様なバックグラウンドを持つプレイヤー達の“問い”を交差させることで、未知の価値に繋がるムーブメントを生み出すことを目指していきます。

名称：SHIBUYA QWS

営業時間：9:00～22:00

休館日：年末年始（※臨時休館日あり）

公式WEBサイト：<https://shibuya-qws.com/>

<渋谷スクランブルスクエア 概要>

名称：渋谷スクランブルスクエア／SHIBUYA SCRAMBLE SQUARE

事業主体：東急(株)、東日本旅客鉄道(株)、東京地下鉄(株)

所在地：東京都渋谷区渋谷2丁目24番12号

用途：事務所、店舗、展望施設、駐車場など

延床面積：第Ⅰ期（東棟）約181,000㎡、第Ⅱ期（中央棟・西棟）約96,000㎡

階数：第Ⅰ期（東棟）地上47階 地下7階、第Ⅱ期（中央棟）地上10階 地下2階、（西棟）地上13階 地下5階

高さ：第Ⅰ期（東棟）229.7m、第Ⅱ期（中央棟）約61m、（西棟）約76m

設計者：渋谷駅周辺整備計画共同企業体

※(株)日建設計、(株)東急設計コンサルタント、(株)JR東日本建築設計、
メトロ開発(株)

デザイナー/アキテクト：(株)日建設計、(株)隈研吾建築都市設計事務所、(有)SANAA 事務所

運営会社：渋谷スクランブルスクエア(株)

※東急(株)、東日本旅客鉄道(株)、東京地下鉄(株)の3社共同出資

開業：第Ⅰ期（東棟）2019年11月1日

第Ⅱ期（中央棟・西棟）2027年度（予定）

URL：<https://www.shibuya-scramble-square.com>



▲渋谷スクランブルスクエア外観

<本件に関する報道関係者さまからのお問合せ先>
渋谷スクランブルスクエア PR 事務局（株式会社サニーサイドアップ内）
担当：岡山（070-3315-4410）、蟹江（080-3438-6047）、土居（090-6653-2270）
E-mail：scramble_square_pr@ssu.co.jp