

心・体・生活をととのえるヒントを集めたウェルネスイベント 「美しく生きる」東京ミッドタウン日比谷で開催決定

期間:2026 年 1 月 9 日(金)~1 月 18 日(日)

三井不動産株式会社(東京都中央区、代表取締役社長:植田俊、以下「三井不動産」)は東京ミッドタウン日比谷(千代田区有楽町)で、2026 年 1 月 9 日(金)~18 日(日)の 10 日間、10 社の共同参画企業とウェルネスイベント「美しく生きる」を開催いたします。

人生 100 年時代といわれる今、世代を問わず求められる心身の健やかさに着目し、心・体・生活を美しくととのえるヒントを集めました。座学・体験型シンポジウム、共同参画企業のブース展示、作家・みっけ監修の「”ととのうこと図鑑”ラウンジ」、作家・松本秋則氏による竹のアート展示に加え、館内レストランによるコラボメニューも提供します。

三井不動産は、社会・産業のテーマを取り上げ、企業・行政・専門家・来場者など多様なステークホルダーと共創する「～生きる」シリーズを通じ、社会や産業発展に関心の高い都市生活者と企業が直接的な接点を持つ場を提供してきました。今後もリアル会場ならではの体験と対話を通じ、産業のイノベーション創出に取り組んでいきます。



「美しく生きる」イベント実施のポイント

- ① オープニングトークに俳優・石田ひかり氏が登壇。美しく生きるためのヒントが得られるシンポジウムを開催。
新しい年の始まりにふさわしいテーマで、美しく生きるためのヒントを語る特別シンポジウムを実施。来場者が実践できる気づきとヒントをお伝えします。
- ② ととのう体験ができる 10 の企業の取り組みに触れるブース展示
日比谷アーケードに、美肌、姿勢、香り、栄養サポートなど「ととのう」に関わる企業が出展。試飲・サンプル配布・姿勢チェックなどを体験いただけます。
- ③ 累積販売 17 万部の人気作家・みっけ監修の「”ととのうこと図鑑”ラウンジ」が登場
作家・みっけの世界観で、言葉×イラストで健康を可視化した展示空間。みっけ監修の「初ことばおみくじ」にも参加し、「読む→感じる→自分ごと化する」を体験できるラウンジです。
- ④ 心身が整う空間、作家・松本秋則氏による竹のサウンド・インスタレーション
1 階アトリウムでは、イベントを象徴する作家・松本秋則氏による竹のサウンド・インスタレーションが来場者を迎えます。竹の造形と奏でる音に包まれる空間を体験していただきます。

① オープニングトークに俳優・石田ひかり氏が登壇。美しく生きるためのヒントが得られるシンポジウムを開催。

総勢15名の俳優・医師・研究者・教授・企業担当者など多彩なエキスパートが、美しく生きるための健康の取り組みと最新知見を語る、分野横断の全6プログラムのシンポジウムを開催します。

座学に加え、ミニワークショップを組み合わせた参加型シンポジウムを実施することで、エキスパートの知見を実践できる具体的アクションに落とし込みます。学びを行動に変える、実装志向のプログラムです。

日程：2026年1月9日(金)・10日(土)・16日(金)

場所：東京ミッドタウン日比谷 8F カンファレンスルーム

詳細：<https://www.hibiya.tokyo-midtown.com/utsukushikuikiru/>

予約サイト：<https://20260109-18.peatix.com/>

オープニングトーク

タイトル：「オープニングトーク ～美しく生きる～」

日時：2026年1月9日(金) 15:00～16:00

登壇者：石田 ひかり氏(俳優)

高橋 俊宏氏(Discover Japan 統括編集長)



石田 ひかり氏



高橋 俊宏氏



華雪氏
写真：花坊



伊藤 東凌氏

親子参加型シンポジウム

タイトル：「親子で発見する書のチカラ～書くことを通じて気づき、思い、考える～」

日時：2026年1月10日(土) 11:00～12:00

登壇者：華雪氏(書家)

参加型シンポジウム

タイトル：「静けさの価値～禅×脳科学×香りで日常をととのえる～」

日時：2026年1月10日(土) 15:00～16:10

登壇者：伊藤 東凌氏(臨済宗建仁寺派両足院副住職)、細田 千尋氏(東北大学)、大高 昌氏(Three)

その他プログラムはホームページをご確認ください。

② ととのう体験ができる10の企業の取り組みに触れるブース展示

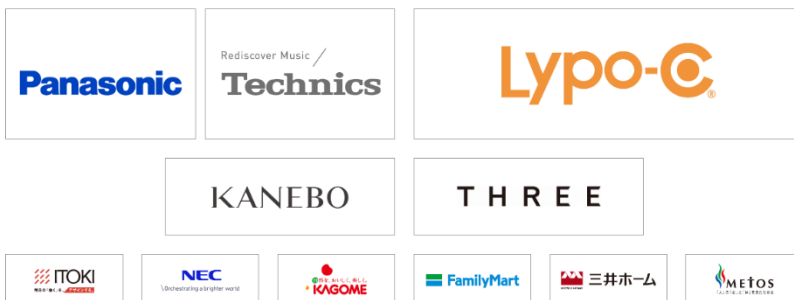
地下1F 日比谷アーケードには、都市生活者の健康をテーマに共同参画企業10社の取り組みを紹介するブースを展示します。各社が提供する最新ソリューション(姿勢・美肌・栄養など)を、ワークショップ・簡易測定を通じて体験いただけます。

日時：2026年1月9日(金)～1月18日(日)

場所：東京ミッドタウン日比谷地下1F 日比谷アーケード

空間プロデュース：株式会社乃村工藝社

共同参画企業：



ブース展示 イメージ画像

③ 累計販売 17 万部の人気作家・みっけ監修の「”ととのうこと凶鑑”ラウンジ」が登場

地下広場に人気作家みっけ監修の「”ととのうこと凶鑑”ラウンジ」が登場します。このイベントのために書いた「ととのうこと」をテーマとした「言葉×イラスト」の展示をみながら、くつろげる空間。期間中にみっけ監修の「初ことばおみくじ」を引くことができ、健康へ踏み出す最初の一步を見つけます。「健康言葉を読む→感じる→自分ごと化する」までを一体で体験できる滞在型ラウンジです。

場所:東京ミッドタウン日比谷 地下広場

期間:2026 年 1 月 9 日(金)~1 月 18 日(日)

※ 東京ミッドタウン日比谷内、合計 1000 円(税込)以上のお買い上げでおみくじ引きに参加可能



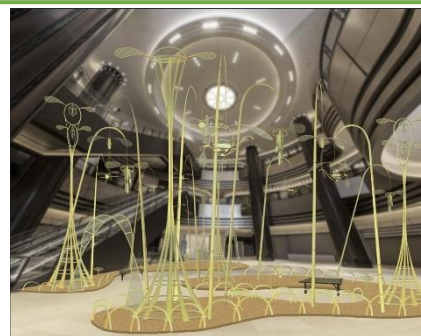
イメージ画像

④ 心身が整う空間、作家・松本秋則氏による竹のサウンド・インスタレーションを展示

期間中、1F アトリウムには作家・松本秋則氏による竹のサウンド・インスタレーションを展示します。

竹の美しさと響きを活かした、竹林の中を歩くように音に包まれる空間で、都会で忘れがちな自然とのつながりを呼び起こし、心と体、そして生活のリズムをやさしくととのえるひとときを提供します。

さらに、竹の楽器の音色に直接触れる体験もご用意します。



インスタレーション
イメージ画像

「美しく生きる」イベント概要

実施期間:2026 年 1 月 9 日(金)~1 月 18 日(日)10 日間

実施場所:東京ミッドタウン日比谷

主催:三井不動産株式会社

共同企画企業:株式会社 ACRO、株式会社 イーキ、カゴメ株式会社、株式会社 カネボウ化粧品、株式会社 スピック、日本電気株式会社、株式会社 ファミリーマート、パナソニック株式会社、三井ホーム株式会社、株式会社 メス

協力:東京ミッドタウン日比谷・一般社団法人日比谷エリアマネジメント、株式会社 ディスカバー・ジャパン

メディアパートナー:株式会社 CMerTV、株式会社 KADOKAWA

URL:<https://www.hibiya.tokyo-midtown.com/utsukushikuikiru/>

三井不動産グループのサステナビリティについて

■三井不動産グループのサステナビリティについて

三井不動産グループは、「共生・共存・共創により新たな価値を創出する、そのための挑戦を続ける」という「&マーク」の理念に基づき、「社会的価値の創出」と「経済的価値の創出」を車の両輪ととらえ、社会的価値を創出することが経済的価値の創出につながり、その経済的価値によって更に大きな社会的価値の創出を実現したいと考えています。2024年4月の新グループ経営理念策定時、「GROUP MATERIALITY(重点的に取り組む課題)」として、「1. 産業競争力への貢献」、「2. 環境との共生」、「3. 健やか・活力」、「4. 安全・安心」、「5. ダイバーシティ&インクルージョン」、「6. コンプライアンス・ガバナンス」の6つを特定しました。これらのマテリアリティに本業を通じて取り組み、サステナビリティに貢献していきます。

【参考】

・「グループ長期経営方針」 <https://www.mitsuifudosan.co.jp/corporate/innovation2030/>

・「グループマテリアリティ」 https://www.mitsuifudosan.co.jp/esg_csr/approach/materiality/