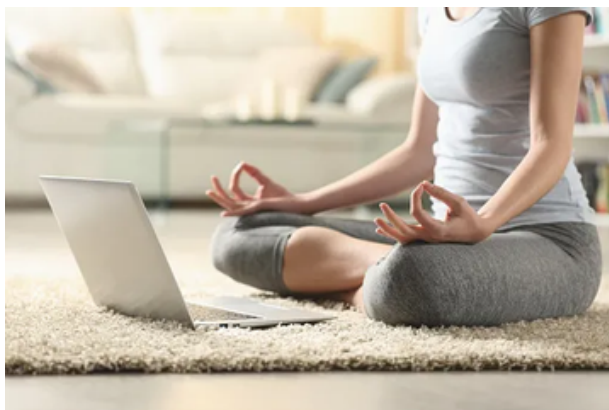




## Online Mindfulness

あの子との「いま」を、「思い出」をもっと、ずっと、愛おしむために。



Amulet Pearlを  
お申し込みいただいた特別なお客様へ

## MELON オンライン

でマインドフルネスクラスを受講できます

- ✔ マンスリープロミス制度お申し込みのお客様 → 積立期間中と本申込後1年間
- ✔ 通常Amulet Pearl申込のお客様 → お申込み後1年間

## Amulet Pearl からのメッセージ

この度、Amulet Pearlは、ペットを亡くしたお客様だけでなく、ペットと共に暮らしているお客様にもご利用可能なマンスリープロミスを立ち上げました。

私たちは、このタイミングで、お客様が、優しく充実した時間をペットと過ごし、ペットが亡くなった後も、やさしい気持ちでペットを想うことをサポートするために、サービスを更に追加します。それがMelonの提供するマインドフルネスのオンラインレッスンサービスです。

Amulet PearlとMelonのサービスが、お客様にとって、ペットとの大切な「今」にフォーカスしてペットと優しく充実した時間を過ごすきっかけになれば。ペットが亡くなったあとも、その想いや思い出を、ただ悲しいものとしてではなく、かけがえのない大切な宝物として捉え、前を向いて生きていく助けになれば。これより嬉しいことはありません。

# WHAT'S MELON ONLINE ?



## MELONオンラインとは？

### マインドフルネスクラス受け放題の、オンラインセルフケアツール。

MELONオンラインとは、科学的な脳と心のトレーニングのためのオンラインサービスです。数多くのエビデンスに裏づけられたマインドフルネスを応用したプログラムで、ストレス低減や睡眠改善などの効果を感じていただけます。



#### RECOMMENDATION

#### 初心者におすすめのクラス

- Basic
- Focus
- What's Mindfulness
- Recognition

## MINDFULNESS PRACTICE -マインドフルネスの実践-



### パルスサーベイで ストレス値を確認

ストレスを計測する質問にご回答いただくと、現在のストレス値とおすすめクラスをお知らせ。ご自身のストレス状態を定期的にチェックしましょう。



### マインドフルネス クラスに参加

リアルタイムクラスは毎日6~23時の回まで開催。いつでもお好きな時間に参加でき、受け放題です。クラスのアーカイブ動画は24時間365日視聴可能。

## WHAT'S MINDFULNESS ?

### -マインドフルネスとは？-

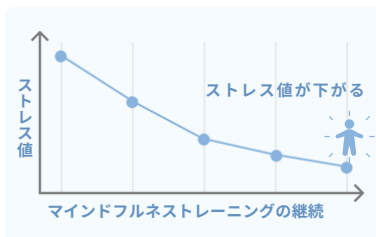
マインドフルネスとは、脳科学や心理学の研究により効果が証明されている、科学的な脳と心のトレーニング法です。

思いやりの向上

抑うつ・不安の低減

メンタルヘルスの維持改善

睡眠の質改善



マインドフルネスの効能  
詳しくはこちらから



<https://www.the-melon.com/science/>

## HOW TO JOIN CLASS? -クラスへの参加方法-

MELONオンラインのアカウントが発行されると、ログインIDと仮パスワードが記載された「ご登録完了のお知らせ」というメールが届きます。メールに記載されているURLからログインをして、ご利用を開始してください。



クラスの参加方法詳細はこちらから  
[https://www.the-melon.com/mypage\\_tutorial/](https://www.the-melon.com/mypage_tutorial/)