



女性のウェルネスと向き合うリトリートを12月に開催。  
自然派ラグジュアリーリゾート「シックスセンス 京都」の  
「Yin Way Retreat - The Way of a Woman -」

ウェルネスの先駆者・シックスセンスが日本で開催する初めてのリトリート

2026年6月22日



京都の中心に佇む自然派ラグジュアリーリゾート「シックスセンス 京都」（総支配人：ニコラス・ブラック/Nicolas Black）は、2026年12月11日に、女性のウェルネスと向き合う3泊4日のリトリートイベントを開催します。

ホリスティック（総合的な）ウェルネスを推進するシックスセンスは、これまで世界各国のホテルやリゾートでリトリートイベントを開催してきました。今回は日本で開催される初のシックスセンス主催によるリトリートとなり、ホスピタリティ業界のウェルネス先駆者であるシックスセンスならではの、女性が本来持つ力を開花させ自分らしく輝くためのきっかけとなるウェルネス体験を提供します。

東洋の伝統的な癒しの知恵と現代科学をシームレスに融合させた本プログラムでは、心身の調和を目指すホリスティックなアプローチをご提案。人の手によるタッチセラピーと、先進的なウェルネステクノロジーを組み合わせながら、女性の健康やホルモンバランスについて学ぶセミナー、心身を整えるトリートメントやムーブメントセッション、そして日本の伝統文化に触れるワークショップなどを体験いただけます。



## ■ 日常を離れ、自分を取り戻すためのリトリート

ストレス社会を背景に、「隠れ家」や「休息」を意味するリトリートは近年、国内でも注目が高まっています。シックスセンス 京都は、京都駅から車で7分という利便性の高い場所でありながら静穏なリゾートで、長期間の休暇を取ることが難しい現代の方々にとっても参加しやすいロケーションです。ここでのウェルネスリトリートは日常の喧騒を離れ、内なる平和や自分自身とのつながりを取り戻すための時間を提供します。そして、得られた知見や経験はその場限りではなく、ご自宅へ戻ったあとも自身の中に生き続けるエネルギーとなり、日常をアップデートするきっかけとなっていきます。



今回はシックスセンスが開催するリトリートの第一弾で、ゆっくりと流れる時間の中で、女性が本来の自分を取り戻すための旅路へと誘います。

## ■ 「Yin Way Retreat」開催の背景

妊娠・出産、将来の家族計画、更年期など、女性の人生には心身の大きな変化を伴うさまざまな節目があります。しかし、日々の忙しさの中で、自身の身体やその変化について深く理解し、向き合う時間を持つことは容易ではありません。シックスセンス 京都では、こうした女性特有のライフステージに寄り添い、自身の身体への理解を深めながら、より健やかで豊かな人生を育む機会として「Yin Way Retreat」を開催します。



シックスセンス 京都は、2026年3月の国際女性デーにも株式会社ワコールが展開するフェムケアブランド「YOJOY」と協業したフェムニケーションイベントを行うなど、女性ならではのウェルネス課題と向き合い、より良く生きるための機会を設けています。本リトリートは、日々のストレスや疲労感、自分自身とのつながりが薄れているように感じる方に向けて設計されており、女性が本来持つ力を見つめ直しながら、ホルモンバランスへの理解を深め、ウェルビーイングを主体的に育んでいくことを目指します。

## ■ リトリートガイド：Hati Sema Malinova

シックスセンスのウェルネス プロジェクト ディレクターであるHatiは、女性の健康とウェルビーイング分野におけるパイオニアの一人であり、医療専門家として20年以上にわたり、医科学、機能性医学、マタニティウェルネスに携わってきました。

彼女は、女性が人生のさまざまな節目において自身の身体や心の変化を理解し、自分らしく健やかに過ごすためのサポートを行っています。その手法は、現代の機能性医学をはじめ、中医学や道教の知恵、予防心理学の考え方を融合したホリスティックなアプローチです。

また、女性のためのウェルネスリトリート「Yin Way Retreats」の創設者として、心・身体・感情・精神の調和を育むためのプログラムを展開しています。



※本リトリートは日本語通訳付きでご参加いただけます

自然派ラグジュアリーリゾート「シックスセンス 京都」が、女性のウェルネスと向き合うリトリートを12月に開催。

## ■ 「Yin Way Retreat」 概要

今回開催する「Yin Way Retreat」は、シックスセンスのウェルネス プロジェクト ディレクターである Hati による女性のためのウェルネスセミナーのほか、スパトリートメントやサウンドヒーリングなどのアクティビティ、そして滋味あふれる朝食や二十四節気に寄り添うディナーなど、シックスセンス 京都のウェルネスを幅広く体験いただけます。



- 宿泊日：2026年12月11日（金）チェックイン～14日（月）チェックアウト
- 料金（3泊合計）：
  - 1名様でデラックス キングをご利用の場合：666,000円（消費税・宿泊税・サービス料込）
  - 2名様でデラックス ツインをご利用の場合：963,000円（消費税・宿泊税・サービス料込）
- リトリートに含まれるもの
  - ・デラックスルームでの3泊4日のご宿泊
  - ・女性のウェルネスセミナー、バイオハッキング、ヨガ、気功などのムーブメントセッション、サウンドヒーリング、ワークショップを含むリトリートプログラムへのご参加
  - ・サウナや温冷交代浴をお楽しみいただける温浴施設、スイミングプール、フィットネスジムなど、ウェルネス施設のご利用
  - ・ウェルネススクリーニング1回およびパーソナルコンサルテーション1回
  - ・お好きなスパトリートメント（60分）1回
  - ・シーズナルダイニング「Sekki（節気）」での、滋味あふれる朝食（毎日）
  - ・二十四節気に基づいた特別ディナーコース（3日間）
  - ・生け花と金継ぎ体験各1回



バイオハッキング



ムーブメントセッション



ヒーリングサウンドバス



温浴施設とサウナ



スイミングプール



フィットネスジム



ウェルネススクリーニング



お好きなスパトリートメント（60分）



生け花と金継ぎ体験

自然派ラグジュアリーリゾート「シックスセンス 京都」が、女性のウェルネスと向き合うリトリートを12月に開催。



滋味あふれる朝食ブッフェ



二十四節気に基づいたディナーコース



シーズナルダイニング「Sekki（節気）」

### ご予約・お問合せ

このリトリートのご予約は、お電話またはメールにて承ります。

電話：075-531-0700

メール：[reservations-kyoto@sixsenses.com](mailto:reservations-kyoto@sixsenses.com)

Web ページ：<https://www.sixsenses.com/jp/hotels-resorts/asia-the-pacific/japan/kyoto/wellness-spa/retreats/>

### ■リトリートのスケジュール

#### - 1 日目

15:00 チェックイン

17:00 ウェルカム サウンドヒーリング セッション

18:30 ウェルカムディナー

#### - 2 日目

7:45 朝の光を浴びながら、体内時計をやさしくリセットする時間

8:00 女性のための気功と道教瞑想

9:00 「Sekki（節気）」での朝食

11:00 女性のためのウェルネスセミナー（前編）

13:00 自由時間

16:30 金継ぎ体験を通じて「不完全さの美」に触れます

18:30 「Sekki（節気）」で、伝統的な二十四節気に寄り添う、女性のための特別ウェルネスディナー

#### - 3 日目

7:45 朝の光を浴びながら、体内時計をやさしくリセットする時間

8:00 陰ヨガと道教瞑想

9:00 「Sekki（節気）」での朝食

11:00 女性のためのウェルネスセミナー（後編）

13:00 自由時間

17:00 伝統的な生け花を通じて、花と自然の美しさに静かに向き合います

18:30 「Sekki（節気）」で、伝統的な二十四節気に寄り添う、女性のための特別ウェルネスディナー

#### - 4 日目

7:45 朝の光を浴びながら、体内時計をやさしくリセットする時間

8:00 全身を目覚めさせるムーブメントクラス

9:00 「Sekki（節気）」での朝食

11:00 クロージングセミナーと振り返り

11:30 特別ティーリチュアル&アポセカリーワークショップ

14:00 チェックアウト

自然派ラグジュアリーリゾート「シックスセンス 京都」が、女性のウェルネスと向き合うリトリートを12月に開催。

### ■シックスセンス スパ 京都について：

シックスセンス 京都内にあるラグジュアリースパ。世界各国でさまざまなスパワードを受賞してきた「シックスセンス スパ」のウェルネスを提供する、日本唯一の場所です。京都の「禅」思想、伝統的なヒーリング手法、そして最先端の科学を融合し、あらゆる角度からゲストをサポートします。わずか数分でゲストの体の内側まで測定する「ウェルネススクリーニング」から。このスクリーニングの結果を踏まえながら、ウェルネスの専門家が個々のご要望や目標に合わせたアドバイスや提案を行います。また、京都限定のトリートメント「阿吽（あうん）」は、伝統的なお香を使ったりチュアルから始まる、身体の調和を図るマッサージを行います。音叉の振動で気の流れを促進し、心の平穏や調和、悟りを追求する禅の思想を象徴した、シグネチャーメニューの一つです。



また、施設内に京都府内唯一の「WATSU(ワツ)/水中ボディワーク」専用プールを備え、心身の状態を整えるボディワークを提供します。そして「バイオハック リカバリー ラウンジ」（最先端機器を活用して疲労回復を図る専用エリア）は、到着時の時差ボケや旅ナカの疲れからの速やかな回復に最適です。

### ■シックスセンス 京都 施設概要：

所在地：京都府京都市東山区妙法院前側町 431

客室数：81（うちスイート8室）

電話：075-531-0700（ホテル代表）

アクセス：各線京都駅よりタクシーで約7分

京阪七条駅から徒歩約10分

Web サイト：<https://www.sixsenses.com/jp/kyoto>



### ■シックスセンス 京都について：

2024年に開業、京都・東山という歴史地区の中心部に佇むシックスセンス 京都は、総合的なウェルネス、サステナビリティ、そして非日常の体験を融合させた、都会にありながらも心安らぐ自然派ラグジュアリーホテルです。ホテルのデザインは、日本独自の芸術文化がもっとも花開いた平安時代にインスピレーションを得ており、81室の客室とスイートにもモダンで遊び心あふれるタッチとともに、雅な物語が広がっています。シックスセンス スパは禅の哲学と現代科学を調和させ、シーズナルダイニング Sekki（節気）は日本古来の暦に基づき、環境に配慮した料理を提供します。アースラボとアルケミーバーは本格的でインタラクティブな体験を特徴としており、古都・京都でつながりと再生の旅へとゲストを導きます。

### ■シックスセンスについて：

シックスセンスは現在、世界22か国で26軒のホテルおよびリゾートを展開しており、さらに38軒の開発プロジェクトが進行中です。これらには、プライベートレジデンスのコレクションも含まれ、ブランドのグローバルな進化は今もなお続いています。

シックスセンスは、既成概念ではなく確固たる信念に基づき、変革をもたらすブランドとして位置づけられています。ウェルネス、サステナビリティ、エモーショナル・ホスピタリティ、そして丁寧

自然派ラグジュアリーリゾート「シックスセンス 京都」が、女性のウェルネスと向き合うリトリートを12月に開催。

に設計された体験が交わる唯一無二の存在であり、そこには遊び心も息づいています。シックスセンスのスパは、古代の知恵と現代科学を融合し、心身、精神、感情のすべてにおけるウェルビーイングを追求する最前線に立っています。

シックスセンスは、30年にわたって人々に心地よさと善き行い、そして内なる気づきをもたらす場所と体験を創造してきました。すべてのロケーションは、自然環境の魅力だけでなく、人の心を深く揺さぶる力によって選定されています。シックスセンスの変わらぬビジョンは、今もなお力強く息づいています。それは、人々の感覚を呼び覚まし、旅の目的を感じることを通し、最終的に自分自身と他者、そして周囲の世界とのつながりを取り戻すことにあります。

#### ■シックスセンス レジデンスについて：

オーナーの個性が反映された快適なプライベートヴィラやアパートメントで、シックスセンスならではのリゾートライフをお楽しみいただけます。シックスセンスの世界中のプロパティでの特別なステータスを含む多彩な特典が付いたレジデンスは、何世代にもわたり価値が高まっていく長期的な投資です。

#### ■シックスセンス スパについて：

すべてのシックスセンスのリゾートとホテルに併設されているほか、独立型のスパも展開しています。感性と感覚を大切にしたいローテクな要素とハイテクな技術の両方を兼ね備え、ホリスティックウェルネス、統合医療、健康長寿のためのメニューを幅広く提供しています。

#### ■IHG ホテルズ&リゾーツ / IHG・ANA・ホテルズグループジャパンについて：

[IHG ホテルズ&リゾーツ](#) [LON:IHG, NYSE:IHG (ADRs)]は、True Hospitality for Good（真のおもてなし）を提供するグローバルホスピタリティ企業です。20のホテルブランドと1億4,500万人の会員を持つ世界最大級のロイヤリティプログラム「[IHG ワンリゾーツ](#)」を有するIHGは、世界100ヶ国以上に6,800軒超の開業中ホテル、100万超の客室、2,300軒超の開発パイプラインを展開しています。

- **ラグジュアリー&ライフスタイル:** [シックスセンス ホテルズ リゾーツ スパ](#), [リージェント ホテルズ&リゾーツ](#), [インターコンチネンタル ホテルズ&リゾーツ](#), [ヴィニエツト コレクション](#), [キンプトン ホテルズ&レストランツ](#), [ホテルインディゴ](#)
- **プレミアム:** [voco](#), [Ruby](#), [HUALUXE ホテルズ&リゾーツ](#), [クラウンプラザ ホテルズ&リゾーツ](#), [EVEN ホテルズ](#)
- **エッセンシャルズ:** [ホリデイ・イン ホテルズ&リゾーツ](#), [ホリデイ・イン エクスプレス](#), [ガーナー](#), [avid ホテルズ](#)
- **スイーツ:** [Atwell スイーツ](#), [ステイブリッジ スイーツ](#), [ホリデイ・イン クラブバケーションズ](#), [キャンドルウッド スイーツ](#)
- **エクスクルーシブパートナーズ:** [イベロスター ビーチフロント リゾーツ](#)

InterContinental Hotels Group PLC はグループの持株会社で、英国に設立、英国およびウェールズで登録されています。世界中のIHGのホテルとコーポレートオフィスには約385,000人のスタッフが勤務し、日々世界中のお客様をお迎えしています。

自然派ラグジュアリーリゾート「シックスセンス 京都」が、女性のウェルネスと向き合うリトリートを12月に開催。

IHG グローバルサイト: <https://www.ihg.com/hotels/gb/en/reservation>

IHG ニュースルームサイト: <https://www.ihgplc.com/en/>

IHG ワンリワーズアプリ: <https://apps.apple.com/us/app/ihg-hotel-deals-rewards/id368217298>

IHG ワンリワーズアプリ: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.ihg.apps.android>

LinkedIn: <https://www.linkedin.com/company/ihghotels&resorts/>

IHG・ANA・ホテルズグループジャパン公式サイト: <https://www.ihg.com/japanhotels>

■本プレスリリースに関するお問合せ  
シックスセンス 京都 セールス&マーケティング部  
(担当: ヘンリー [henry.cheung@sixsenses.com](mailto:henry.cheung@sixsenses.com) / 新實 [kohei.niimi@sixsenses.com](mailto:kohei.niimi@sixsenses.com))  
TEL : 075-531-0710