

ストレス解消！

椅子の上で座禅



成田市のシンボルである成田山新勝寺様のご協力により
椅子に座ってもできる座禅講座を行います。
自分自身が「無」になることで、やがてはストレスも
解消できるようになる体験修行を行いたいと思っております。

- 日 時：平成 30 年 3 月 7 日（水）10:00～11:00（60分）
- 場 所：公津の杜コミュニティセンター 2階 会議室 D
- 定 員：20人（先着順）
- 参加費：無料
- 対 象：16才以上（未就学児のお子様とのご参加はご遠慮ください。）
- 講 師：成田山新勝寺僧侶

◇申込み方法◇

公津の杜コミュニティセンター1階インフォメーションカウンターへ、お申込み下さい。お電話でのご予約も承っております。
※申し込みの際、記入いただいた個人情報、当該講座運営の為だけに利用し、その他の目的には利用いたしません。

◇主催・お問合せ・申込み◇

成田市公津の杜コミュニティセンター
〒286-0048 千葉県成田市公津の杜 4-8
☎: 0476-27-5252 FAX : 0476-27-5353
e-mail : info-kozu@mmorinpiakozu.jp

もりんぴあ
|||||こうづ
Morinpia Kozu