

「いす坐禅」で心身を元気にしよう

熱田をより元気にする活動と心の整え方

令和6年

6/29

【土】午前10:00～11:00



「あつた宮宿会」会員のお寺の副住職さんによる人気の体験型講座です。

先が見通せない混迷の世の中、将来のことを考えて鬱々とされる方もいます。過去や未来にとらわれるから不安が起きます。

「いす坐禅」を实践し、「今ここ」だけを考えることで心の安らぎが得られます。

いつでもどこでも出来る「いす坐禅」を普段の生活にも取り入れていきましょう。

日時 | 6月29日 (土)

午前10:00～11:00

講師 | 白鳥山法持寺 副住職

愛知学院大学教養部非常勤講師

川口 高裕さん

場所 | 熱田図書館 集会室

定員 | 25名 中学生以上

申込 | 事前申込、先着順

6月15日 (土)

午前10:00～ 電話にて受付

1申込1名でお願いします。

今回朝学の目玉

熱田をより元気にする活動の話の聞きます。

「いす坐禅」を实践し、「こころ」と「からだ」を安定させましょう。

「あつた宮宿会(みやしゅくかい)」とは…

平成26年に発足した熱田区ゆかりの商店や個人が参画した地域団体です。

毎月1日熱田神宮で催される「あつた朔日市」はじめ熱田の賑わいの創出やPRなど様々な地域の活性化を図る活動を行っています。

熱田 待つまち



atsuta
brand
japan

【問合せ】

名古屋市熱田図書館

456-0031

熱田区神宮三丁目1-15

電話: 052-671-6600 FAX: 052-671-5600

