

# 美西坐禅会

～ 戒翁寺 清水慈光住職が坐禅の作法を指導します。～

日時：9月29日（土）

①15：30～16：15

②16：30～17：15



定員：各回先着15人

会場：美しが丘西地区センター・和室

参加費：300円

服装：リラックスできる服装

※Gパン等 身体を締め付ける服装は向きません。

申込方法：8月12日10時～ 窓口・電話にてお申込み。



坐禅の時間は1炷(ちゅう)。  
線香1本が燃え尽きる時間です。

※次回は11月17日（土）に開催します。



あつまる・つながる・笑顔になる

指定管理者  
公益社団法人  
横浜市民施設協会

<http://yokohama-sisetu.com/>

お問合せ

美しが丘西地区センター

〒225-0001 横浜市青葉区美しが丘西 3-60-15

☎045-903-9204