

「こころのせいとん」

はじめての座禅体験講座

心を静かにして、仕事・勉強やスポーツに役立つ

集中力（しゅうちゆうりよく）を身につけましょう。

ふじお そういん

講師 藤尾 聡允さん（独園寺 住職）

日にち 令和元年八月二十六日 月曜日

時間 九時～十時三十分 ※受付開始…八時四十五分

場所 追浜コミュニティセンター

対象 小学四年生～一般 三十人（抽選）

費用 なし

※小学三年生以下は、要保護者同伴



申込方法・問合わせ先

ご希望者は、①講座名 ②郵便番号 ③住所 ④氏名（ふりがな）⑤年齢 ⑥電話番号を記載し、FAX・メール・往復はがき・窓口（返信用官製はがきを持参）のいずれかでお申し込みください。

※保護者同伴をご希望の方は、保護者のお名前もご記入ください。

追浜コミュニティセンター

〒237-0061 横須賀市夏島町 9 番地

TEL/FAX 046 (865) 1145

e-mail opph-bes@city.yokosuka.kanagawa.jp

申込み締切り
8月12日（月）必着