

# 「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 平成二十九年八月二十三日 水曜日



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 一般 三十人 (抽選)

※小学三年生以下は、

要保護者同伴

費用 なし

### 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。

★6月1日から、ハガキの料金が変わりますので、返信用ハガキが62円であることを、ご確認ください。

### 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7日(月)必着