

お花見と参禅会 & 精進料理 @ 總持寺



春の暖かさが待ち遠しいこの頃、皆様いかがおすごしでしょうか？アクティブシニアクラブでは、昨年秋に開催した参禅会に続いて第二弾の参禅会を企画いたしました。日頃頑張りすぎている貴方、ひと時でも**禅の世界**に身を任せ、**心穏やかに**三つの健康の一つ「**心の健康**」を増進してください。

【日程】 **4月5日(水)** 【集合場所】 **總持寺三門前 (一つ目の門です)**

【集合時間】 **11:00** 【解散予定】 16:00

【参加費】 5,000円 (含参禅料・法話+精進料理ランチ)

【定員】 50名 ※参禅会のみも可 (12:45 総合受付に集合@2,500円)

備考欄にその旨を記載してください。

【行程表】

11:00 挨拶・寺内を花見散策

11:45 精進料理会場へ移動

12:00 お食事

13:00 法話と坐禅体験

16:00 解散予定

【お申込み・お問合せ】

(一財) アクティブシニアクラブ 事務局
鶴見区鶴見中央5-2-11アバンサーダ鶴見1階

☎045-717-6541 ✉ascjimu@gmail.com

担当 山根

申込締め切り 3/21(火)

お申し込みはFAX045-717-6581もしくは
✉ascjimu@gmail.comでお願いします。

お花見と参禅会申込書

会社名	申込者名
連絡先住所	電話番号
参加者名 (申込者と異なる場合)	会員種別 鶴見法人会 ASC会員 非会員 (いずれかに○をしてください)
備考	