

# 座禅体験と山溪禅寺住職の法話

イチョウが綺麗な山溪禅寺で、座禅体験と住職の法話を聴かせていただきます。  
 座禅は、椅子でも正座でも自由な姿勢ででき、10～15分間くらいです。  
 終了後、境内を見学できます。  
 地元のお寺で、貴重な体験をしてみませんか。

日 時 11月12日(土) 午後1時～(2時間程度)

場 所 臨濟宗 東福寺派



神護山 山溪禅寺 上野恵美須町 1590

講 師 長谷川 真爾<sup>しんじ</sup> 住職

『山溪寺 悲話二編』



参加料 無料 (定員 25名)  
 対象 上野南部地区にお住まいの方  
 又は、勤務されている方  
 (保護者同伴で子ども参加可)

問合せ先 上野南部地区市民センター

☎ 23-5236

※ 新型コロナウイルスの感染状況により、急遽中止となることもございますので、予めご了承ください。

★マスク着用でご参加ください

参加申込書は、10月31日(月)までに、各町の自治会長さん、又は上野南部地区市民センターに直接お申込みください。

切り取り線

座禅体験と山溪禅寺住職の法話 参加申込書

(申込期限: 10月31日(月) 16:30)

※定員を超えた場合は抽選の為、期日厳守

町

お名前	日中連絡のつく 電話番号	お名前	日中連絡のつく 電話番号	お名前	日中連絡のつく 電話番号

(定員を超えた場合は、抽選となります。結果は、後日通知致します)