

ざぜん 「坐禅」をしてみよう

ざぜん 坐禅 (ZAZEN)

じぶんをおもって
しずかにすわります。



てら はくさんどう
お寺や白山道

【お寺があるところ】
の昔を話します。

あつまる じかん: 11月15日(日) 13時

あつまる ところ: 京急 金沢文庫 駅 2F 改札(きつぷうりばのちかく)

※ 黄色のはた をさがしてください。うらに写真があります。

いく ところ: 白山 東光禅寺 (金沢文庫 駅 から バス)

おわる じかん: 16時(予定)

対 象: 外国人 または 外国人 と いっしょ に 参加できる方

※ 小学生 以下 は おとな と いっしょ に きて ください。

人 数: 10人(申し込み順)

参加費: 500円(申し込みのときいります。)

もちもの: バス代(400円)、マスク

注 意: すわりやすい 服 で きて ください。

案 内: 横濱金澤シティガイド協会

※雨や風がひどいときはいきません。そのときは11月14日(土)に電話します。

もう
申し込み

10月12日(月)からうけつけます。金沢国際交流ラウンジ(金沢区役所 2F)に

参加費(ひとり500円)をもってきてください。①なまえ ②でんわばんごうをききます。

問い合わせ先: 金沢国際交流ラウンジ(金沢区役所 2F)【9:00-17:00、日曜 祝日 休み】

Tel : 045-786-0531

Fax : 045-786-0532

URL: <http://www.kanazawalounge.org/> E-mail: klounge@shore.ocn.ne.jp

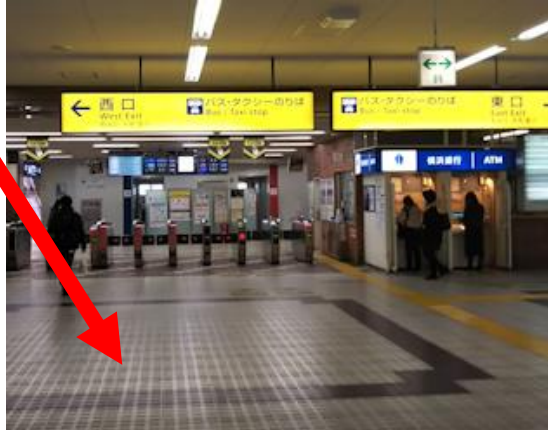
あつまる じかん：

11月15日（日） 13時

あつまる ところ：

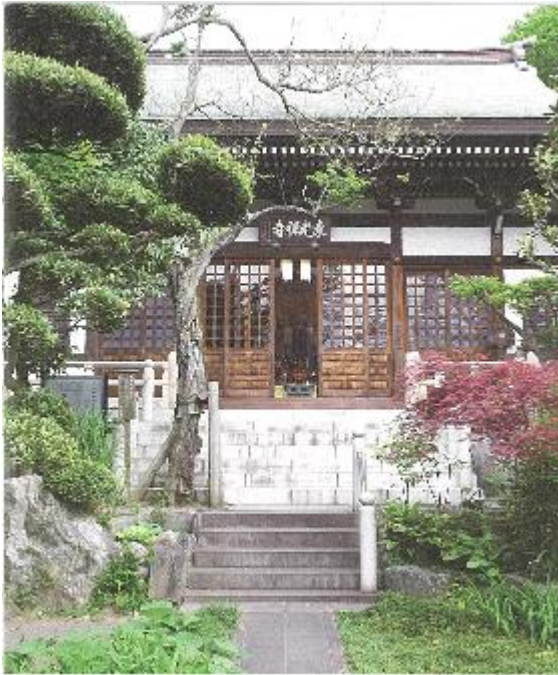
京急 金沢文庫 駅 2F 改札（きっぷ うりば の ちかく）

※ 黄色のはたきをさがしてください。



いく ところ：

白山 東光禅寺



おわる じかん：

16時（予定）

おわる ところ：

金沢文庫 駅