

## 駒澤大学高等学校 2023年度 公開講座



# 月例坐禅会

駒澤大学高等学校では校内の坐禅堂を開放し、保護者および一般の方々を対象とした坐禅会を基本毎月第一土曜日(※学校行事等により例外月あり)に実施しております。

2023年度は以下の日程にて実施予定で、参加費は無料です。

身を調べ、息を調べ、心を調べて、ご一緒に坐ってみませんか？

初めての方も安心して、どうぞお気軽にご参加下さい！

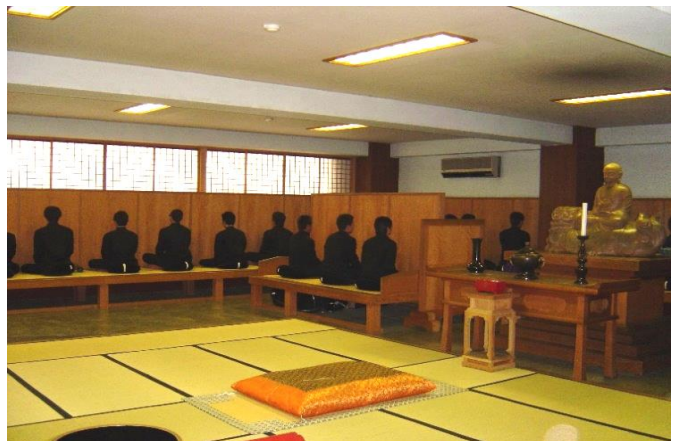
4月15日(土)・5月6日(土)・6月3日(土)

7月1日(土)・9月2日(土)・10月7日(土)

11月4日(土)・12月2日(土)

1月13日(土)・2月3日(土)

※11時～12時(初心者は10時30分～)です。



### ◎諸注意等

- ・当日および2週間前から新型コロナウイルス感染が疑われる症状または感染者との接触が無いこと。
- ・当日の朝にも必ず検温と体調確認をすること。
- ・不織布マスクを着用すること。
- ・手指消毒をすること。
- ・校内の感染状況やクラスター発生等によって、急遽、中止となる場合もありますがご理解ください。
- ・ご来校の際は警備室にお立ち寄りの上、**玄関ロビー受付前の第一応接室まで**お越し下さい。
- ・足を組んで頂きますので、トレーニングウェア等の**楽な服装**でご参加下さい。
- ・坐禅堂では素足になりますので、靴下は脱ぎやすいものが便利です。
- ・8月と3月は学校行事の関係上、実施致しません。
- ・**初心者の方は、30分前(10時30分)までにお越し下さい。**

※初めてのの方は当日早めに直接ご来校いただいても結構ですが、お問い合わせ等は担当の宗教科まで宜しくお願い致します。

【駒澤大学高等学校 世田谷区上用賀1-17-12 電話03-3700-6131】