

# 11月17日の阿波カフエは

好評につき第3弾企画！

## THE 瞑想禅 体験会



心穏やかに自分を見つめてみませんか？

あなたの心が癒されるかも・・・。

真言密教の「阿息観」「阿字観」修法で実施します。

**\*要予約です。よろしくお申し込みします。**

日時： 平成30年 11月 17日（土曜日）  
18:30～20:30

第1座 室内で説明会終了後に体験禅

第2座 外に出てお月見をしながら本格的な禅体験（雨天時は室内で実施します）

当日は運動しやすい服装、防寒準備でおいでください（更衣室あります）

参加費： 300円（当日の茶菓子代）

会場： 日本産業カウンセラー協会 徳島事務所に集合

（徳島市幸町3丁目55 自治会館・ホテル千秋閣3F301号室）

お申込み先： 徳島事務所 TEL / 088-655-5800

（産業カウンセラー協会員・養成講座修了者、または協会員が同伴ならどなたでも参加できます。）

今回は、準備等のため、  
事務所までお申し込み  
くださいね。

### 参加申込書

お名前			
ご住所			
電話番号	会員以外的人数	人	