

## 『坐禅と私、自然の中で。』

自然の中に身を置き、川の音、風の音、木々の音、虫の声、自然の音が聞こえる中、自分自身と向き合う時間、、、

坐禅を体験された後はカフェこもれびの特別メニューにて、ランチタイムを過ごして頂きます。

心と身体のリフレッシュの時間をどうぞごゆっくりとお過ごし下さい。

皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

【日時】 8月25日(日) 10:00～12:30

【参加費】 3,000円(ランチ付)

【講師】 菅原芳徳(円通寺住職)

【場所】 中滝ふるさと学舎

【申込み・お問合せ】 中滝ふるさと学舎

〒018-5421 秋田県鹿角市十和田大湯字白沢45-1

TEL/0186-30-4021 FAX/0186-25-8068

E-Mail [kazuno-furusato@ink.or.jp](mailto:kazuno-furusato@ink.or.jp)