

「10月 オンライン坐禅会」開催のお知らせ

主催：曹洞宗石川県青年会

オンライン（Zoom）による坐禅会を開催いたします。
坐禅で心穏やかに、すっきりした心持ちで週の始まりを迎えてみませんか？
坐禅を初めてされる方も経験者の方もお気軽にご参加ください。

◆ 開催日時

令和4年10月30日（日）20:00より20:40まで ※開始5分前より入室可能です。

◆ タイムスケジュール

19:55 ミーティングルーム開室
20:00 開始・坐禅の作法についての説明
20:10 坐禅（約20分）
20:30 茶話会（ご感想ご質問等ございましたらお聞かせください。）
20:40 終了・ミーティングルーム閉室

◆ 参加方法

事前申込みは不要です。当日は下記URLよりミーティングルームにお入りください。

◆ 参加費

無料

◆ 定員

先着 100名

◆ 注意事項

- ・事前に Zoom Cloud Meeting が使用できる環境をご準備ください。
Zoom 公式 URL (<https://zoom.us/jp-jp/meetings.html>)
- ・坐禅の行いやすい服装にてご参加ください。
- ・坐蒲（ざぶ）または、座布団・クッションをご用意ください。また、椅子でのご参加も可能です。
- ・参加者の皆様は基本的にミュート設定をお願いいたします。
- ・茶話会ではミュート解除していただいて構いません。今回ご参加いただいていたのご感想やご質問等ございましたらお聞かせください。

トピック：10月 オンライン坐禅会

日時：10月30日（日）20:00～20:40

Zoom ミーティングに参加する

<https://us02web.zoom.us/j/85099130659?pwd=NktZTUg5d3Z0bnBjdXBjdIV1bVc4dz09>

ミーティングID：850 9913 0659

パスコード：493562

