



# 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。

令和7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、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！

2025年

4月12日(土)・5月10日(土)・6月7日(土)

7月5日(土)・9月6日(土)・10月4日(土)

11月1日(土)・12月6日(土)

令和8年1月10日(土)・2月7日(土)

※11時～12時（初心者は10時30分～）



## ◎諸注意等

- ・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、お問い合わせ等は公開講座担当の宗教科教員（鈴木・長谷川）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】