

横浜市若葉台地域ケアプラザ自主事業

# 写経で 心を穏やかに



写経には日頃の散漫な気持ちを切り離してリラックスする効果や、集中することにより脳や身体にいい影響があると言われています。日曜の朝のひととき写経を書いてみませんか？

日 時：令和6年9月29日（日）10：00～11：30

場 所：若葉台地域ケアプラザ 2階 多目的ホール

講 師：諏訪和城氏（旭区生涯学習アドバイザー・毎日書道会会員）

対 象：若葉台近隣に在住の方

定 員：15名（先着順）

参加費：200円（教材費込み）

持ち物：上履き

※筆、写経用紙など準備します。使用したい筆などあればご持参ください。

申込み：9月9日（月）11：00～9月20日（金）15：00

電話または来館にて受付 ※定員になり次第終了

《お申込み：問合せ》横浜市若葉台地域ケアプラザ  
地域活動交流 電話923-8831