

9月17日(木)開催！ 第二十三回 霞が関坐禅会 ～仕事帰りに参加できる初心者向けの坐禅会～

霞が関ナレッジスクエア(略称:KK² 所在地:東京都千代田区 運営:一般財団法人AVCC 理事長:久保田了司)は、2017年から仕事帰りに気軽に参加できる“坐禅”イベントとして「霞が関坐禅会」を開催してまいりました。この度、9月17日(木)に第二十三回目となる霞が関坐禅会～自分自身と向き合ってみよう～を開催いたします。

【申込・詳細ページ】<https://www.kk2.ne.jp/program/zzn023>

第二十三回

霞が関坐禅会

～自分自身と向き合ってみよう～

大好評

初めての方、毎回いらっしゃいます♪

坐禅のあとは 警策をお願いしてみたら…
頭がスッキリ！ 気分が楽になりました！

2026年

9/17

(木)

19:00～20:30

参加費(税込) **2,000円**
※KK²協賛メンバーは500円引き



宗教・宗派は問いません
どなたでもお気軽に
ご参加ください

お申し込み・詳細は
KK²Webサイトへ！





「第二の人生僧侶」による法話が好評です！

臨済宗妙心寺派 東京禅センター様にご協力をいただき、臨済宗妙心寺派 宗門活性化推進局の太田宗誠さんを講師にお迎えします。企業を定年後、僧侶になった太田さんの法話は大変好評で、参加者の方からは「第二の人生僧侶のお話しがとても腑に落ちた」「前向きに毎日を大切にしようと思った」などの感想をいただいています。

今回の法話テーマは、「静的参加だけでない役割自覚」～相互依存の世界～です。
忙しい日々の中にぜひ“坐禅”を取り入れ、心身ともにリフレッシュする方法を身に着けませんか。

【開催概要】

イベント名 : 第二十三回 霞が関坐禅会 ～自分自身と向き合ってみよう～
法話テーマ:「静的参加だけでない役割自覚」～相互依存の世界～
開催日時 : 2026年9月17日(木) 19:00～20:30
開催場所 : 霞が関ナレッジスクエア「スタジオ」
会場アクセス : 東京都千代田区霞が関3-2-1 霞が関コモンゲート 西館ショップ & レストラン3F
参加費 : 2,000円(税込)
募集人数 : 16名
申込・詳細ページ: <https://www.kk2.ne.jp/program/zzn023>
※事前にKK²Web会員登録(無料)が必要です

【内容(予定)】

19:00～19:15 お話(法話／坐禅について)
19:15～19:30 坐禅(約15分)
19:30～20:00 お話(法話)
20:00～20:15 坐禅(約15分)
20:15～20:30 対話(気軽な質疑応答)

〈講師〉

太田 宗誠さん

臨済宗妙心寺派 宗門活性化推進局

1947年生まれ。早稲田大学卒業後、株式会社日本航空入社。

成田国際空港旅客ライン部長などを歴任。

定年後に臨済宗妙心寺派瑞泉寺専門道場にて2年間修行。

妙心寺派「第2の人生プロジェクト」に所属し、後進のコーディネートを担当。



問い合わせ先

組織名: 霞が関ナレッジスクエア(KK²)

運営: 一般財団法人AVCC

担当者: 内田

連絡先: 03-3288-1921 携帯電話からは: 03-6821-1121

メールアドレス: kk2seminar@avcc.or.jp

一般財団法人AVCC HP: <https://www.avcc.or.jp/>

霞が関ナレッジスクエア HP: <https://www.kk2.ne.jp/>