

地域公開プログラム

## いけばな×いす坐禅 ワークショップ

自己の内面と向き合う 坐禅  
自己が花に投影される いけばな  
新年度の忙しい日々からちょっとだけ抜け出し、  
ぽかぽかとした春風を感じる中で、  
あるがままの自分を受け入れ、華に託してみる。  
自分と向き合い、活けた花に表現された「自分」を共有していく、  
参加者同士の対話型ワークショップです。  
いけばな初心者も、男性の方もお気軽にご参加ください！



日時 : 5月14日(土) 13時30分~17時00分  
参加費 : 3,500円

★当日使用したお花はお持ち帰りいただけます(袋は用意します)  
お花と水を使用しますので、気になる方はエプロンをお持ち下さい

お問合せ・お申込みは 03-6277-0606 (9:00~18:00)  
shirokanetakanawa@hospital-care.info



華彩 hana-dori  
井口双恵



小杉瑞穂

小学生の頃からいけばなを初め、  
20歳に師範を授かる。  
現在企業に勤める傍ら、“  
華導家”として活動。  
活けた作品に表れる活け主の個性に  
注目し、いけばなによる自己分析、  
チームビルディング、アイスブレイク、  
アイデア創出、心理分析等を提案。  
HP: <http://hanadori.jimdo.com/>

曹洞宗僧侶。  
曹洞宗大本山總持寺にて修行。  
現在、曹洞宗総合研究センターにて、  
若手僧侶の育成に携わり、現代にお  
ける禅の普及方法を研究。  
特に、坐禅のつらい・厳しい・難し  
いといったイメージを払拭し、やわ  
らかく、おだやかな坐禅をより多く  
の人に体験してもらうため活動。