湯河原の宝「温泉を療養に」シリーズ

すこやかさんの こころがほどける マインドフルネス♨

はじめての方も 大歓迎♡

マインドフルネスと語り合いを通じて、
自分をやさしく見つめるひとときをご一緒に。



65歳以上の方は
割引がありますやか

お話しと講演

柳田 敏洋 神父
イエズス会司祭

2026年
11月3日 火・祝

13:00 開場
13:30〜15:30 頃
講話・瞑想

ニューウェルシティ湯河原
2階 宴会場

定員
80名
（先着順）

参加費

一般（65歳未満）	2,500円
中高生（保護者同伴必須）	1,500円
65歳以上	2,000円
湯河原町民	2,000円
オンライン参加	1,500円

対象
中学生以上
未成年者は
保護者同伴

お申込み
Peatixよりお申込みください
プロフィールのリンクから

お申込みはこちら
お申込みいただけます

講師紹介　柳田 敏洋 神父

イエズス会司祭。
フィリピンのイエズス会関連施設にて、青年の牧会やカウンセリングに携わる。マインドフルネスを取り入れた講話・研修・リトリートを国内外で行い、宗教や文化の垣根をこえて心の深い癒しを目指す活動を続けている。

著書
「神を追いこさない
— キリスト教的ヴィパッサナー瞑想のすすめ」
（英訳版も出版されています）

今回の講演
「あるがままに気づく」ことを通して、思考や感情に巻き込まれず、Doing（すること）からBeing（あること）へと意識を移していく心のあり方を、講話とさまざまな瞑想実践を交えながらご紹介します。

主催
一般社団法人
子ども心理発達支援センター すこやか

子ども・若者・家族・地域のこころの健康を支える活動を行っています。
心理支援、研修・講演、地域での啓発活動などを通して、
誰もが安心して過ごせるやさしい地域づくりを目指しています。

お問い合わせ
一般社団法人 子ども心理発達支援センターすこやか
yasashii.sukoyaka@gmail.com

湯河原の宝「温泉を療養に」シリーズ

温泉のある湯河原で、こころとからだをゆっくり休めながら、心理・福祉・健康について学び、語り合うシリーズです。地域の方も、遠方の方も、どなたでもご参加いただけます。



協力：湯河原町・ニューウェルシティ湯河原