

# ココロサークル

～ 心の気づき ～



先ずリラックス  
心の中を覗いてみる  
どのようなことを考えているのか、思っているのか  
それを丁寧に言葉にして伝えていく  
表現することで自他の理解を深める

「心の気づき」をキーワードに自分自身の心を知り表現していき  
自覚とコミュニケーション力を深めていこうと思います。

日時 毎月2日 午後1時30分から3時まで  
(開催日はスケジュールでご確認ください)

場所 川崎のお堂

会費 1,000円(学生500円)

主宰 西川 佐江子

プロフィール

1967年生まれ 横浜市出身

(一財)認定コーチ

(一社)産業カウンセラー

ナムギャルでは蓮の会、チベット語学習と法要を学ぶ

現在、心の気づきと思いやりをキーワードに活動



お申込み・お問合せ

ナムギャル

070-2172-7686

HP <http://namgyaltsokpa.com/>