



お寺ヨガ&法話

～対人援助職自身のセルフケア・癒しを考える～

今年の道東3地区支部合同研修会(道東のつどい)は、最近十勝のフィットネス界で人気急上昇中の、角畠あさみ先生によるお寺ヨガ&異色の経歴を持つ曹洞宗織田秀道住職による法話で、頭も心もリフレッシュ!

お寺ヨガでは、心も身体も柔軟に、呼吸を整えて仕事に向かえるようなセルフケアを体感し、住職による法話では、仏教の教えを学び、専門職としての自分や個人としての自分を振り返る時間を過ごすことで、今一度ソーシャルワークの原点に立ち返ることができるような時間を参加者の皆さまと共有できればいいなと考えています。

お寺ヨガは初心者の方や足腰に不安がある方でも十分楽しめるプログラムになっていますので、お気軽にご参加ください。

夜は帯広市街で懇親会も用意しておりますので、たくさんの方のご参加、お待ちしております。

角畠 あさみ氏



【保有資格】

- ・全米ヨガライセンス認定 (RYT200) ・ Love prana yoga協会認定 ・ニコウタ yogaインストラクター (キッズ・親子向け) ・ラジヨガ
- ・ひめとれ普及員

【経歴】

南幌町出身。2008年より北海道の農業団体でシステム開発関連業務に7年ほど従事した後、退職。2015年8月より帯広在住。
2016年8月に2012年から続けていたヨガのフリーインストラクターとして活動。
2017年秋からBookcafe風味絶佳にて、ブックコーディネートとしても活躍中。

織田 秀道住職



【修行前の生活】

大学卒業後とある企業に就職するが、当時アマチュアだった日本のロックバンド「トライプレイン」に誘われリードギターとして加入。本格的にバンド活動をするため退職し、フリーターをしながらバンド活動に明け暮れた。デビュー直前だった25歳の時にバンドを脱退し、修行の道へ。

【修行歴と役職】

平成16年9月～17年9月 釧路市慧日山定光寺専門僧堂 (えにちざん じょうこうじ せんもんそうどう)
平成18年3月～19年10月 大本山永平寺
平成20年2月 永祥寺住職に任命される
平成21年10月 晋山結制 (曹洞宗が定める住職就任の儀式)
正教師・令命1等布教師・帯広刑務所帯広少年院教諭師・曹洞宗参禅道場の会会員・全国曹洞宗青年会広報副委員長・僧侶Cafeとかち広報

- 日時 平成30年9月8日(土)
14:00～17:15(受付13:30～)
- 会場 曹洞宗十勝山永祥寺
(〒080-0013 帯広市西3条南2丁目)
- 持ち物 (*動きやすい格好でご参加ください)
飲料水・タオル2枚(バスタオル1枚、フェイスタオル1枚)・上着
- タイムスケジュール
お寺ヨガ 45分、
法話・グループワーク 2時間
休憩 15分

懇親会のお知らせ

- 日時 9月8日(土)19:00～2時間
- 場所 帯広市街の居酒屋
(当日お知らせします)
- 会費 4000円程度