

内観と「ふれあい・続けられる」オンライングループワーク

ZOOM DE 内観

参加無料



月に1回

みんなと一緒に内観時間をつくりませんか？

地域問わず交流できます

参加者募集中！

お待ちしております♪

お申込みは
こちら▶



はじめての方向け『はじめての内観セミナー』も定期開催中

[主催]

伊藤美緒

香具佐和子 (日本内観研修所協会 準会員)

仁田公子 (日本内観学会 会員・臨床心理士・公認心理師)

[サポート]

北陸内観研修所 

www.e-naikan.jp



YouTube



Zoom de 内観

「内観にふれたい、続けていきたい。でも、ひとりでできるかな…」

Zoom de 内観は、全国どこからでもオンラインで気軽に参加できる、内観のグループワーク。
参加できるときに集まって仲間と一緒に続けていきましょう！

《開催日》 北陸内観研修所の Web サイトに記載（金曜日または土曜日）

《時間》 20：00 ～ 21：30（90 分間）

開始 10 分前から Zoom の動作確認 & 雑談タイム。
通信が心配な方はちょっと早めにどうぞ♪

《場所》 オンライン（Zoom）にて開催

《参加費》 無料

《対象》 内観体験者

《内容》
アイスブレイク 自己紹介や近況などをわいわいお話
内観タイム 各自で内観
シェアタイム 内観の報告

内観ってなに？どんなもの？

初心者にやさしい

『はじめての内観 無料オンライン
セミナー』も定期開催中！

（主催：北陸内観研修所）

詳しくはこちら▶



参加のしかた

- ①Zoom de 内観 申込みフォームからお申し込みください。
- ②連絡先に Zoom de 内観で使用する Zoom ミーティング招待が届きます。
- ③当日ご参加ください。

お申込みは
こちら▶



[Zoom de 内観への応援をお願いします]

これまで Zoom de 内観の運営に必要なリモート費用や、人件費、広報費は「Zoom de 内観 への参加費 ¥100 / 1 回」とボランティアで成り立っておりました。しかしながら今後は、参加費のお支払いが難しい方にも気軽に参加いただけますように、有志の皆さまからの応援金という形とさせていただきます。
個人 1 口 2,000 円、法人 1 口 10,000 円です。ご支援頂けると幸いです。

ご支援は
こちら▶



[主催]

伊藤美緒

香具佐和子（日本内観研修所協会 準会員）

仁田公子（日本内観学会 会員・臨床心理士・公認心理師）

[サポート]

北陸内観研修所

www.e-naikan.jp



YouTube

