

新しい朝の習慣

「日曜坐禅・朝のお勤め&ラジオ体操」

お寺では毎朝、5時から坐禅・朝のお勤めをしています。

そこで、皆さんをお誘いしてみようかなと思いました。

第1,2,3日曜日の早朝。※第4日曜を除く

一緒に坐ってみませんか。新しい日曜朝の習慣を創りましょう。

※10月は1日・8日・15日です

4:55～5:25・・・坐禅



5:30～6:20・・・朝のお勤め



6:30～6:40・・・ラジオ体操



6:40～7:30 ごろ・・・
希望者のみ山登り



問い合わせは 072-793-0203 岡本寺まで(平日 10時～16時)