

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。

※ 2月は4日・11日・18日です

5:00~5:25..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..
山登り 希望者のみ



問い合わせは 072-793-0203 岡本寺まで(平日 10時~16時)