

Soto / 凛

TAKE FREE

ご自由にお持ち  
帰りください

涼やかにいこう！

# RIN

vol.26



つながりって、  
何だろう？

〔特集〕

ほとけのことば  
**B\*phrase**



©Taka

わがものとして執著したものを貪り求める人々は、  
　　ものおし  
憂いと悲しみと憚みとを捨てることがない。  
それ故に諸々の聖者は、所有を捨てて行なって  
　　安稳を見たのである。

ブッダ

出 典 | 「スッタニパーティー」

凛 26 号 [編集・発行]  
曹洞宗近畿管区教化センター・曹洞宗近畿管区布教教化推進会議 <http://www.soto-kinki.net>  
〒652-0805 兵庫県神戸市兵庫区羽坂通2丁目1 八王寺内 TEL 078-579-8480 FAX 078-579-8481 center@soto-kinki.net

編集協力 / 五木 のどか

# 「つながり」って、何だろう？

特集:「つながり」って、何だろう?

## 事例6

子どもの頃に父に連れられて行った店の前を通ると「昔、よくメシ食いに来たな。カレー やしゃぶしゃぶがおいしかったな」と懐かしく思い出します。



## 事例7

遠方の知人から「今年は、なかなか会うことが叶わないので、こちらの食べ物を送ります。身体に気をつけて、元気でいてください。また会える日を楽しみにしています」と、菓子折が届きました。やさしい気持ちがうれしくて、当方もお返しを送りました。その行動を真似て、その方とは別の人にも食べ物を送りました。



コロナ自粛で、人とのつながりが見直されています。  
「人とのつながりは大切なこと」と、わかっているけれど…

## 事例5

コロナ陽性がわかった友人は、戸建の家に一人暮らし。買い物にも困るだろうと思い、自宅待機期間中に玄関前まで食べ物の差入れを届けました。顔を見て言葉をかけたかったけど、事前に連絡しておいて、差入れを置いたらLINEメッセージを送り、直ぐに立ち去りました。



## 事例4

80年代に流行った歌を聞くと、あの頃がよみがえってきます。好きだった人、よく行った場所、楽しい思い出…。「みんな元気にしてるかな?」と懐かしい顔が浮んできます。

## 事例8

Facebookで、かつての知り合いの顔と名前が「友だちではありませんか?」と表示されます。携帯に登録した電話番号と連動しているから、とのこと。自分の顔も、誰かのところに出てるんだろうな。

二〇二〇年二月、三月頃から日本にも拡がりを見せ始めた  
新型コロナウイルス感染症。  
現在も終息の兆しは見えず、

心配が続きます。

この感染症は「人と人が顔を突き合わせ共に過ごす」ことを禁忌とさせました。感染を防ぐための様々な対策は、別の面で弊害を生んでいます。  
皆さんはどう考えますか?

## 事例1

各地に大雨や地震などが起きると、「アイツ、大丈夫かな?」と友人の顔が浮かんできます。こっちで何かあるとすぐ連絡をくれ、離れていてもつながっているんだなと感じます。



## 事例2

専業主婦です。子どもはいません。夫が職場でコロナウイルスをもらって来ないかと気になり、夫が帰宅する前にマスクを着け、朝おきて夫が出勤するまでマスクを着けています。



## 事例3

東京に就職して2年目、母親から「今年はいろいろあるから、帰省をひかえ、そっちに居なさい」と言われ、がっかり。  
お母さん、いろいろって何?

# 自分に合う方法で、 まずは自分から アクションを 起こしてみよう。



## メールやSNSを利用して、 なつかしい人に連絡をとる

いつもやり取りをしている人ではなく、例えば、年賀状のやり取りだけのような相手に、ふと顔が浮んだときに連絡を入れてみては？

近況お伺い、こちらの近況報告など軽い内容でも、思いがけず届く便りは、うれしいもの。「あ、自分のこと、思つてくれたんだな」と喜ばれるでしょう。

## 電話やテレビ電話で 話をする

一人暮らしのお年寄りや、単身者などは、ナマの声でのやさしいやり取りが何よりうれしいもの。直接会うことは叶わなくとも、「週に一回電話を入れる」などと決めて、カレンダーに印を付けておくのも方法です。

相手もスマートフォンをお持ちであれば、ラインアプリのテレビ電話なども上手に活用してみてください。

## ズームやリモート

テレビやネットでは見かけるけど、自分では、やり方がわからない。必要だとは思うけど、導入がおづくう。と思っていませんか？

苦手なことは人様のお力を借りしてみると、つながりの一つです。「ズームのやり方を教えてください」と、身近な方に連絡を入れてみませんか？

同世代の方からは、苦労したことも含め、丁寧に対応していただけるかもしれません。

## 手紙を書く

いつもは電話やSNSでの連絡で済ませている大切な方へ、時には手紙を書いてみるのも、相手とのつながりを振り返る大切な時間になるでしょう。

レターセットを選び、ペンを持ち、時候の挨拶から書き始める手紙は、書き終える頃に、相手への感謝の気持ちで満たされるのかもしれません。

状況を見ながら慎重に、感染を広げない気遣いを怠りなく心がけて、短時間で密度の濃い集まりを。

コロナ禍を乗り越えた先には、インフルエンザ流行期などの対処法も自ずと身に付いているでしょう。

## 直接会って話をする

「ウイズ・コロナ」と言われる昨今、大勢で表立つて集まるのは難しいかもしれません。都道府県ごとに出されるルール（指針）も違います。

状況を見ながら慎重に、感染を広げない気遣いを怠りなく心がけて、短時間で密度の濃い集まりを。

ご主人のお父さま、お母さまへの手紙、子どもたちの学校の先生への手紙、今年計画されていた催しが中止になつて力を落としておられる主催者さんへの手紙、海外に暮らす友人への手書き文字でのエアメール、相手へのやさしい気持ちは、自分自身の心も落ち着けてくれるでしょう。

特集:「つながり」って、何だろう?



### LINEのテレビ電話かけ方、受け方



電話をかける相手のトーク画面を開き、「受話器」マークを押す



「ビデオ通話」を押す



相手の顔が写ったら通話可能。左上に自分の顔も出る



相手には、自分の顔が大きく写る

# 小さな思いやりに「ありがとう」

## つながりは有り難いもの

誰かが誰かを思う気持ちは、言葉や品物、お金などに姿を変えて贈ったり贈られたりします。

自分の気持ちを率直に形にすることが良いことなのか、相手に迷惑になるのではないかと迷うこともあります。

世の中の常識や慣例通りに行動することは無難かもしれません。しかし、もう少し踏み込んで、相手の状況やお気持ちを想像してみましょう。

あなたのやさしい気持ちを伝えることは、決してマイナスではありません。相手に負担を感じさせないくらいの「小さな思いやり」を、繰り返し届けることは、相手にとって「自分を大切に思つて

くれる人がいる」と実感できる、心丈夫のお守りになるかもしれません。いざというとき「助けて」と言いやすい関係を、ふだんから作つておけたら、コトが起きて悔やむことが減るかもしれません。

## まずは、自分の住んでいる 「わが町支援」から

日本全国、世界中がコロナ禍に見舞われ、大変な状況が続く昨今です。

ひとりの人間が地球全体を憂うより、もしかすると近所の八百屋さん、とうふ屋さんへ足を運び、地元の産物を有り難く購入することは、めぐり廻つて明日への支援につながるのかも……

「遠出を控えて、たまには家族で市内の旅館に泊まろう」というような行動

が、地域再生の一歩になるでしょう。

人の周りには、人がいます。決して自分ひとりではありません。

身近な人、知っている人以外の、これまでに縁がなかつた方々と、新しいつながりができる、ご縁を結んでいくことも、生き方の一つかもしれません。

新たなご縁を待つより、自分から一歩、

ひと声を踏み出してみると、小さなつながりが始まることかもしれません。

## 人に迷惑をかけてもいい あなたのこととは引き受ける それが、つながり

人様のご迷惑になることをしてはならない。人をアテにせず、自分のことは自分でです。ともすれば私たちは、そう教えられて大きくなりました。できるだけ人を頼らず、福祉のお世話にもならず、プライドを持つて自力で

生きるのも素晴らしい生き方です。

その反面、長い人生の中で食べることに困つたり、生きることに疲れたりしたとき、誰かに「助けて」と言葉にすることは決して悪いことではありません。むしろ、勇気ある行動です。苦しい状況を切り抜けた先には、あなたが誰かを助ける番が来るかもしれません。

日本は高齢化がいつそう進み、二〇四〇年に六十五歳以上の単身世帯が、全体の四割になると予測されます。

「困ったときは、お互いさま」の長屋暮

らしは、年代もののドラマのようですが、世の中そんなに捨てたものではありません。人とのつながりは、自分のところをいつもぴり丈夫にしてくれます。見えないつながりの連鎖が、皆さんのお心にある重たいものを少しでも軽くしてくれることを願います。

## 【つながり】

- ①つながること、つながったもの
- ②結びつき。関係があること
- ③血縁関係。きずな





## ひとは「つながり」の中で生きる

令和二年がこのようになるとは、誰も想像していなかつたことでしょう。「新しい生活様式」の呼びかけの下、会議や出張などが減り、旅行や会食を控えざるを得なくなり、冠婚葬祭の形態や日々の過ごし方が大きく変わりました。「人との絆が弱くなつた」と嘆く方もおられます。

ある方は、「片道一時間半ほどの通勤が「テレワーク」に変わり、出社は月一回程度になつたそうです。往復三時間の

一方、自分の仕事をするために、出勤している人にデータを送つてもらうよう相談する、精神的負担が増えたと言われます。

以前は「自宅で仕事する」ことに抵抗を持つ人もおられ、一部の業種や会社だけに限られました。コロナ禍の中では自宅勤務が働き方のひとつとなり、インターネットや電力などにより一層頼る生活になりました。

そのような今日は高齢化がますます進み、多くの人が親の寿命を越えて生きる世の中になりました。父母の亡くなつた年齢に達した時、誰もが意識せずににはいられないようです。それを「これからはおまけの人生」と表現された方がありました。これには追慕の

無限を感じました。

年を重ねると、ますます親に似てくるという方も多いですが、幼い子供にも父母、祖父母や親戚の人に似た表情が見受けられます。

「仏法如大海」という禅語があります。これは宇宙や大自然の法則の大切さを説いたもの。いま私があるのは父

母のおかげ、祖父母のおかげ、何百何千何万の先祖のおかげ、と「奇跡的な命」であることに気付くでしょう。時を遡るほど、その尊さがみえてきます。

また自分一人で生きているつもりでも、生まれた時から家族、親戚、近所の人などのおかげで日々を過ごしてきました。あるいは見ず知らずの人のおかげもあつたはずです。誰もがそうでした、これからは子や孫のおかげと感

じながら過ごしていくのかも知れません。

生きることは意識するしないにかかわらず、もちろんのおかげをもつて過ごすことです。他人を誹謗中傷したり粗末にしたりすることは、自らを傷つけることに等しいことです。

不安な時こそ、拠りどころとするのは、すぐに変わるものではなく、多くの縁によつて「今」を生かさせて頂いていると感謝する、自らの正しい見識でありたいものです。

滋賀県 保寿院 坂川 道雄



# 地域とつながるお店に

とびっく

vol.26

## 子どもたちの居場所となる駄菓子屋

兵庫県加古川市の明姫幹線沿いに、今年の三月十二日「だがしの日」に合わせ、「駄菓子屋いと」がオープンしました。

古民家を改装したお店に、おなじみのうまい棒（十円）や、あたりが出やすく一番人気のサツカースクラッチ（十円）、ヨーグルトやコーラなどいろいろな味のガム（十円）、蒲焼さん太郎（十五円）、ビッグカツ（三十円）など、懐かしい駄菓子の数々が並んでいます。

店主の正木美乃里さんは、昨年十月に「子どもたちの居場所となる場所が少なくなっているから、そういう場所になる駄菓子屋を開店しよう」と決意しました。

三年後の開店を目指し準備をしてい

### つながる思いやり

「ここに来る子はみんな兄弟思い、親思いなんよ」と正木さん。

「駄菓子屋いと」を子どもたちにとつて心地よい空間にするために、正木さんは子どもたちの名前を覚え、話しかけ、駄菓子を子どもたちの買いやすい値段にしています。

そういった正木さんの人柄や心遣いもあってか、子どもたちも進んで店のおそudgeをしてくれたり、床や黒板に手書きの案内や宣伝文を書いてくれたり、商品に手作りのポップを付けてくれたりしていました。

更には子どもたちが自分でおすすめを選び、セットに

して販売しているものも見

られました。子どもたちはこの店でのお手伝いが楽しくて



駄菓子屋 いと

兵庫県加古川市平岡町中野10

TEL 090-1892-0369

営業時間 15:00~17:00

毎週日曜・水曜日定休、ほか不定休あり

たところ、周囲の人たちから「子どもたちのためには、早くしたほうがいいんちがう？」と言われました。そして、様々な協力もあり、予定より大幅に早い二〇二〇年三月十二日にオープンすることになりました。

この頃は学校が休校中で、行く場所が少なくなっていた子どもたちの居場所となり、学校が再開した今でも多くの子どもたちや子ども連れの家族が訪れてています。

「最近は駄菓子屋のような子どもたちの集まる場所がどんどんなくなっている。今の時代でも、こういう場所を必要としている子どもたちはたくさんいる」と正木さんは語ります。



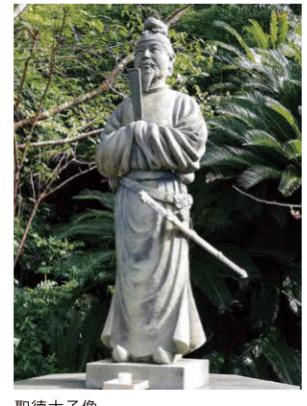
# サンガをたずねて

参禅会探訪

ここを耕す 禅の寺

## 三輪山 平等寺

【奈良県桜井市】



■平等寺 参禅会 DATA  
開催日 毎週日曜日  
時間 午前6時半より約1時間  
内容 坐禅、法話、作務  
参加費 無料  
TEL 0744-42-6033  
URL <http://byodoji.org/>

■アクセス  
住所 奈良県桜井市三輪38  
・名阪国道 天理ICより車で20分  
・JR「三輪駅」より東へ徒歩10分

Miwasan Byodoji

### 寺院概略

581年、聖徳太子が開基開山し建立した「大三輪寺」を起源とし、鎌倉時代初期に慶円上人を迎えて「平等寺」と改称。明治初期の廃仏毀釈により荒廃したが、歳月をかけて復興に努める。



その穏やかな声は、脳から脊髄を伝い、血液に沁みて全身を巡るよう。  
「日曜坐禅は自分のリズム。作務を終えてスッキリして帰り、新しい週が始まる節目です」と話す男性や「方丈さんの人柄にふれるのが嬉しい」という人。「お天気関係なし、遅刻しても頑張つて行こうと思います」と笑う女性など、来始めて三ヶ月の人もいれば、三十年以上通い続ける人など様々。皆は、住職不在でも自ら坐ります。

◎托鉢十六年が建てた飛鳥様式の本堂  
住職は昭和四十六年から十六年、勧進托鉢行を続け、十万人の喜捨を頂き、廢仏毀釈で廃れた平等寺の再興に努めました。飛鳥様式の本堂は住職自ら図面を引き、木材を調達し、支援者と共に柱を塗つて建てたと聞き、驚くほかはありません。



◎毎週日曜日早朝、五十年続く坐禅会  
三輪素麵で知られる桜井市三輪の駅近くの道を十分も上ると、山の辺の道との交差点に平等寺が立っています。朝六時。ゴーン、ゴーンと山寺の鐘が、三輪の人々に一日の始まりを告げ、今日も坐禅スイッチが入ります。

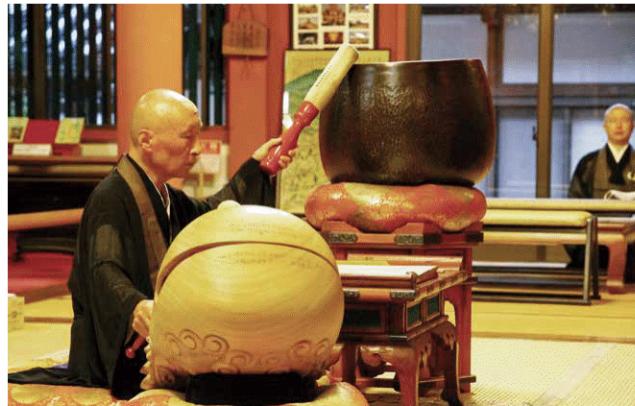
赤い柱に鳴尾しげが飾られた屋根の本堂には、早朝からお勤めに加わるため集まつた人たちが、住職の後ろで勤行を行います。その間にも、裏の地下にある坐禅堂には、開始時間を待たずして坐り始める人も、ちらほらと。

十畳ほどのスペースに、壁を向いて

十五人と住職が坐り、一炷四十五分がこんこんと過ぎていきます。下は小学三年生、上は九十一歳が坐る皆の背を、中央で見守る聖僧文殊、この菩薩像は丸子孝法住職が自ら彫られたもの。雨のしずく、虫の声、坐禅堂では普段は聞こえない音が耳に届きます。

### ◎「方丈さんの話が力になる」

終いの十五分に、住職のお話。この日は、十九の夏に伊勢で見た光り輝く波の一粒一粒に、一つとして同じではない命の輝きを見つけたと話されました。毎回変わったお話を楽しみに坐る人々。



発祥の地に「多武峰妙楽寺」を再建し、仕上げの段階。来年秋の「心の休憩所」完成を目指しています。



#### 作り方

- ① ジャガイモは皮付きのまま丁寧にタワシで洗い、すりおろす。
- ② 薄あげは、フライパンに油をひかず両面をパリパリに焼き、2mm角に切る。
- ③ 干し椎茸は冷凍庫で乾燥させ、包丁で碎きながら2mm角に刻む。
- ④ ジャガイモの水分のみを軽く切り、乾燥ワカメ、薄あげ、干し椎茸、小麦粉、塩を混ぜ合わせる
- ⑤ 油を170°Cに熱し、小さじでタネを落としながら揚げる。
- ⑥ 皿に天ぷら敷紙や大葉を敷き、その上に盛り付ける。

#### 今回の先生

【大阪府守口市】

菅相寺 みしま だいゆう  
住職 三島 大祐さん



1983年、大阪府寝屋川市に生まれる。永平寺で修行し、宇治の興聖寺を経て、2008年より菅相寺に入る。博物館巡りが好きで、料理を作り人様に食べていただくことを喜びとする。  
「おだやかに生きたい」と願い、婚活の場にも足を運ぶ37歳、独身。

#### 大祐さん談

冷蔵庫にある食材でできる揚げ物です。  
ジャガイモの水分を乾物で吸いながら、  
デンブンで固めて揚げる料理。  
塩を入れすぎると、乾燥ワカメの塩分と  
相まって塩辛くなりますので、控えめに。

その他、精進レシピはWebにて  
⇒ <http://www.soto-kinki.net/dish/recipe.php>

小ぶりにまとめて食べやすく

# じゃがいもの 精進おとし揚げ



#### 材料

(作りやすい分量目安)  
ジャガイモ(馬鈴など)  
.....1個(約100g)  
乾燥ワカメ.....10g  
干し椎茸.....10g  
薄あげ.....10g  
小麦粉.....20g  
塩.....少々  
大葉など.....好みで

# So Good!

File.16

洞玄寺 ボーズコレクション



WATANABE EIHO

寺嫁集

洞玄寺 副住職

渡辺 英芳さん

1989年11月3日生まれ  
蟻座・A型 独身  
島根大学工学部で学び、總持寺へ。  
4年弱の修行の後、洞玄寺に戻る。

趣味はサウナと4D映画鑑賞、ス  
ポーツ観戦。好きな言葉は「千里  
の道も一步から」

金光山 洞玄寺(とうげんじ)  
京都府福知山市石原2-242  
TEL 0773(27)5036



◎副住職は、消防団員  
總持寺での修行を終え、生まれ育った  
洞玄寺に戻ったのは、およそ五年前。  
寺は石原城跡地の見晴らし良い高台に  
あり、「ぼたん寺」として知られます。  
父である英俊住職を補佐しながら、  
山内の掃除やぼたん園の手入れなど  
に尽力する傍ら、消防団活動にも取り  
組んでいます。「地域の役に立ちたいと  
思って活動しています」と英芳さん。

## ◎面倒見のいい愛されキャラ

初対面の印象は、真面目で口べタな  
お坊さん。誠実を絵に描いたような人  
柄は、檀家のお婆ちゃんたちにも人気  
です。「おこらない」ことを信条とし、  
いつも穏やかな笑みを浮かべ、頼まれ

ごとに最後まで付き合つ面倒見の良さ  
が、副住職・英芳さんの魅力でしょう。

凛

## のある風景 4 Kyoto

京都市／京都駅、または五条駅  
徒歩十分・P有り

一  
疋  
屋

好みの坐蒲で、気持ちを調える喜び



9:00～17:30 日・祝、第二・三土曜定休  
京都市下京区新町通正面下る平野町792-2 TEL 075-341-3210

坐禅をするときには使う坐蒲や座布  
團を専門に扱う「疋屋」は、京都駅近く  
に創業して百年以上歴史がある永井  
株式会社のフロントショップです。

坐蒲の印象は、お寺で見かける黒が  
一般的ですが、店には赤や紺、白に紫、茶  
色などカラフルな色の坐蒲が揃います。  
生地は別珍、シャンタン、リネンから選べ、  
マイ坐蒲のオーダーメイド相談も受け  
てくださるとか。

そもそも良い坐蒲とは?「ご主人と  
お坊さんの話によると、「カタすぎず、  
柔らかすぎず」が坐りやすいとのこと。  
固さ調整は、中に詰めるパンヤ(植物)の  
あんばいが物を言う職人仕事です。

最近は坐禅以外に、膝や腰のトラブル  
を抱える方がケア用に購入されたり、  
ヨガに使われたりもするとか。若者が、  
父上に誕生日プレゼントを買い求める  
ほほ笑ましいシーンも見られました。

あなたのものとへ「凛」をお届けします。毎号続けて読んでみたいと思われる方は、  
読者登録をしてください。(無料)

① 曹洞宗近畿管区教化センターのホームページから登録

<http://www.soto-kinki.net>

② ハガキ又はFAXにて「氏名・住所」を明記の上、お申込みください。

〒652-0805

兵庫県神戸市兵庫区羽坂通2丁目1 八王寺内

曹洞宗近畿管区教化センター 行

FAX 078-579-8481



「SOTO 凛」は、近畿の曹洞宗寺院の一部と、下記の協力先に置かせていただいている。

#### 協力先リスト

詳しい情報はWEBに掲載しています。

**【京 都】** 香老舗 松榮堂 | 青おにぎり | 座布団専門店 一疋屋 | 京都裏寺 百練 | 先斗町 百練 | 立ち飲み食堂 賀花食堂バッキー&BAR KIYO | 一風堂 京都ポルタ店 | 版画 芸艸堂 | ラーメンダイニング 京都 五行和のコスメ kyo・miori | 谷口法衣佛具店 | ベットショップ ピーターパン | エイト珈琲店 | いづつ beeDream | cofeestand Blackie | お食事処・飲み処 風景 | 靴修理 凛靴 | 美容室 LAN  
ベット同伴可能な和カフェ らん布袋 | 松本明慶美術館(休館中) | 薬局 ふやき 本店 | カラダ整骨院  
豆乳バティエの店 むしやしない | 書店 誠光堂 | 古本・レコード・CD 100000t アロートコ  
読書喫茶 HiFi Cafe | Soy Sweets Sugar | 亀岡 理容 コシロ | モハン | うつわのお店 若葉屋  
ホホホ座 | 恵文社 | 六曜社珈琲店 | ごはんや xlzakaya YURURI | めんや 龍神  
リノベーション Sign | フランス菓子 オハヨービスクエット | 京とうふ 並河商店  
ギャラリー空間のレストラン Lucky ☆ You Kyoto | とうふ・お揚げ 堤食品 | 錢湯 柳湯

**【大 阪】** 人生図書館 | 一風堂 梅田店・堀江店・高槻店・池田店・箕面店・長堀店  
博多純系豚骨らーめん まんかい 福島本家・天満橋店・梅田豊崎店

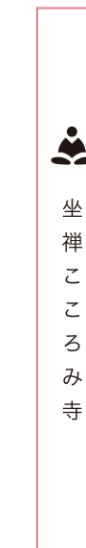
**【兵 庫】** 一風堂 三宮店・姫路店・西宮北口店 | 焼き鳥 えんじや | 加圧スタジオ トップラン 加古川店  
手打ち蕎麦 しこう庵 | 黒石歯科医院 | お好み焼 ピース | PRO SHOP DIVERSION  
浜屋 加古川店 | 新興自動車 | 元湯 龍泉閣 | あい骨盤整骨院

**【奈 良】** カフェ&おちゃづけピアホール 風神 近鉄五位堂店 | 個室焼肉 小風神 香芝五位堂店  
居間焼肉 百鸞 登美ヶ丘店 | すき焼きと牛めし ももしき

**【和歌山】** 喫茶 羅漢 | エステルーム FLASH | きらくゆ 和歌山店

**【石 川】** 茜屋 珈琲茶房    **【神奈川】** 不識庵    **【愛 知】** メイオンドー

**【福 岡】** 洋菓子店 ニノカニーノ | 不動産管理 フロムK    **【熊 本】** 不動産仲介 トオルプランニング



滋賀県 大雲寺

彦根市河原1-1-4 TEL 0749-22-1082

毎週月曜日 5時30分～6時30分

一般参加 可 / 参加費 無料

京都府 永興寺

京都市山科区御陵大岩15 TEL 075-591-3647

毎月第3日曜日 8時～10時

一般参加 可 / 参加費 無料

大阪府 妙寿寺

大阪市福島区鶯洲2-15-10 TEL 06-6451-6659

毎週火曜日 18時～19時

一般参加 可 / 参加費 無料

奈良県 諦崇寺

奈良市鳥見町2-28-10 TEL 0742-37-2569

一般参加 可 / 参加費 無料

希望があれば随時行います、お問い合わせください。

和歌山県 羅漢寺

和歌山市和歌浦東1-1-6 TEL 073-444-2473

毎月第2・4土曜日 10時～12時

一般参加 可 / 参加費 無料 / 内容:坐禅・茶話

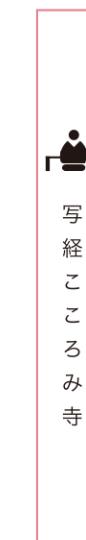
兵庫県 慶昌寺

川西市東畦野6-13-22 TEL 080-2514-5230

毎月第4日曜日 15時30分～ 一般参加 可 / 参加費 無料

個人や友人グループ・各団体のプライベート坐禅会も可。お問い合わせください。

★ 坐禅会、写経会ともに事前に各寺院へお問い合わせ頂くと確実です。(開催日が変更になることがあります。)



滋賀県 東光寺

大津市大萱2-29-1 TEL 077-545-3460

毎月第4日曜日(原則) 13時30分～15時(時間内の都合のよい時間)

一般参加 可 / 参加費 500円 人数に限りがあります。お問い合わせください。

京都府 蓮華寺

京丹後市網野町島津2940 TEL 0772-72-0347

毎月最終月曜日 19時30分～21時 用紙以外の道具はご持参ください。

一般参加 可 / 参加費 300円(年会費2,000円)

大阪府 東光院

豊中市南桜塚1-12-7 TEL 06-6852-3002

毎月第3土曜日 14時～15時30分 内容:写経と法話

一般参加 可 / 参加費 3000円(納経料含む)

奈良県 景徳寺

吉野郡上北山村大字河合136 TEL 07468-2-0052

日程は随時、お電話にてご予約ください。

参加費 納経料としてお気持ち。

和歌山県 西福寺

和歌山市小雜賀89 TEL 073-422-0308

日程は随時、お電話にてご予約ください。

一般参加 可 / 参加費 100円

兵庫県 横蔵寺

加古川市平岡町新在家900 TEL 079-424-0345 毎月第1日曜日 14時～

一般参加 可 / 参加費 用紙代1000円 筆500円 納経料 300円

日程変更の場合有り、HPでご確認ください。アドレス <https://www.ouzouji.com/>