

心和寺【活動のご紹介】

	お時間	対象者	持ち物・冥加料
28日（不定期）			
護摩祈祷	9時10分～9時40分	どなたでも	護摩木 500 円/本参加費 3,000 円
1日			
朔日 詣り（朝の勤行）	7時00分～7時30分	どなたでも	冥加料：随意
お写経・写仏画	10時30分～11時20分	どなたでも	ペンと用紙（お寺にもあります） 1,000 円
尼寺でランチ女子会	11時30分～12時30分	女性限定	お弁当 冥加料：随意
笑いヨガ	12時30分～13時00分	どなたでも	500 円
瞑想・坐禅・阿字観	19時10～19時40分	どなたでも	1,000 円
第4 or 5（金曜）			
瞑想・坐禅・阿字観	19時10分～19時40分	どなたでも	1,000 円
不定期			
寺コン	不定期	未婚者の親族	釣書き

【瞑想で心も身体もリフレッシュ】1日と第4(or5)週・金曜（19時10分～）

何かと忙しい現代人、目の前の出来事に振り回されていませんか？

当寺院の瞑想は、あなたの心と頭をリフレッシュすることが目的です。

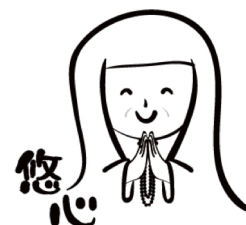
響策（きょうさく）で肩をたたくことはありません。

ヨガのような呼吸法で、リラックスした状態に導きます。

また、イスもご用意していますのでどなたでも参加可能です。

それぞれのスタイルで瞑想していただけます。

初心者の方は、10分前にいらしてください。（冥加料：1,000 円）



【護摩祈祷】 28日 参加費：3,000 円（ひと家族）

古来より真言密教に伝わる霊験あらたかな御護摩祈祷は、祈る者へ大きな功德をもたらしまご本尊、諸尊のお力をお借りして、皆様の心願成就を念じ修法してまいります。

また、護摩祈祷では智慧の浄火であらゆる煩惱を焼き清めるためにも行われ、仏様のご加護をうけられます。

心和寺では毎月、不動明王さまの縁日にあたる28日に護摩供を修法しております。（護摩木 500 円）

【写経・写仏画】 1日（10時30分～11時20分）

何かと忙しい現代人、目の前の出来事に振り回されていませんか？

ほんの少しの時間でいいので、静かに座り写経をしてみませんか？

字の上手い下手は関係ありません。お経の内容がわからなくても大丈夫です。

興味のある方は、お経の内容をご説明させていただきます。

お経の功德（ご利益）をいただけるのはもちろんですが、

無心に写経することで、日常からしばし離れ、自分を見つめ直す時間となります。

ご希望の方には定例護摩の日に奉納させていただきます。（冥加料：1,000円）



【朝の勤行と法話】 1日（7時～7時30分）

仏事、仏像、般若心経などを分かりやすく解説します。

勤行のみの方のご参加もお待ちしております。（賽銭箱へ随意）

【尼寺カフェ：ランチ女子会】1日（11時30～12時30分）

井戸端会議なんて言葉があります。

尼僧とそこに集う人々のたわいないお話を聞くもよし、ご自身の話をされるもよし。

おしゃべりすること、笑顔を見るだけでも心が和むものです。

- ・お弁当をご持参下さい
- ・食後はお茶とお菓子はご用意させていただきます。（賽銭箱へ随意）
- ・好きなお時間にきて、自由にご退席下さい。

【尼寺カフェ：笑いヨガ】1日（12時30～1時00分）

笑い門には福来る。

笑うことでなんだか楽しくなる 笑顔の苦手な方もご参加下さい。（冥加料：500円）

【寺コン】（不定期に開催）

毎日、決まった職場では出会いもないだろうと親御さま方や祖父母様方は、心を悩まされていることでしょう。

可愛い我が子やお孫さんのために、釣書をもって集いませんか？

仏教徒の方であればどなたでもご参加いただけます。（宗派不問）

先ずは、事前にご予約をお願い致し、一定の人数が集まりましたら開催日をご連絡させていただきます。

