

# お寺で居場所づくり 心と身体整えてみませんか

大きく深呼吸  
心にじんわり・・・法話と  
ほぐして整えるヨガ・・・  
自分とむきあう時間つくってみませんか？

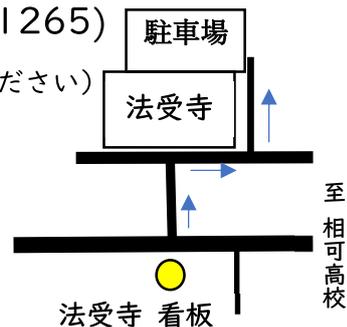
日にち：令和7年7月17日(木)

ほうじゅじ

場所：法受寺 (多気町四疋田 1265)

(車でお越しの方は法受寺の裏の駐車場に停めてください)

内容：折戸さんによる法話  
ほぐして整えるヨガ  
(自分とむきあう時間づくり)  
法受寺見学



時間：10:00 ~ 11:30

(最後は、法受寺を自由見学・自由解散となります)

定員：15名

持ち物：ヨガマット (バスタオルでも可)

水分、タオル、動きやすい服装

※ 簡単な動きですのでどなたでも体験できます

下に座れない方は椅子でも大丈夫です

※ 子供さん、お預かりできます (育児ボランティア)

申込先：多気町社会福祉協議会

☎ 0598-38-8090

締切り：6月23日(月) ~ 7月14日(月)



主催：法受寺

協力：多気町社会福祉協議会