

家族で読める！

## 東光寺発・寺嫁まめこのひとこと通信 17号♪

平成28年12月発行

こんにちは！今年も残り1ヶ月をきりましたね。みなさまどんな一年だったでしょうか。来年も1日、1日、大切に過ごしていきたいなあ、と思いながら、今年最後のまめこ通信始まりませす♪



### ～心を調え、新年を迎えましょう。～

東光寺は禅宗の一つ、臨済宗（りんざいしゅう）のお寺です。あの赤い可愛らしい姿で有名なだるまさんが始めたのが禅宗です。だるまさんには足がありません。幽霊？いえいえ、あれは坐禅をしている姿なんですよー！

だから、東光寺では坐禅をととても大切にしています！

月1回の坐禅会、保育園児たちの坐禅体験、子育て中のお母さん向けの坐禅講座、おしゃれなカフェでのイス坐禅会などなど、開催しています。そして、子供たちの長期休みに開催しているのが“**大人とこどもの座禅会 『子供座禅会』**”です。冬休みももちろんやります！



12/24(土)～12/31(土) 【土日も含めて毎日開催】  
朝 7:30 ～ 8:20

普段の座禅会よりも座る時間は短くなっていますので、初めての方にもおすすめです。冬の朝の澄んだ空気の中、落ち着いた時間を持つことで忙しい時期を乗り切れるかもしれませんね(\*^\_^\*)



そして、大晦日はぜひ東光寺へ！  
竹ろうそくに照らされた境内で除夜の鐘を  
撞き、また、献灯することで清々しい気持ち  
で新年を迎えてはいかがでしょうか。

19時～：点火  
23時30分～：除夜の鐘



“大人とこどもの座禅会『子供座禅会』”や大晦日の行事については**東光寺ホームページ**、**facebook ページ**でも詳しくお知らせしています。[清水区 東光寺](#)でぜひ検索してみてください！

\*この『まめこ通信』はお寺のことをもっと知ってほしいという想いで始めました。

ご家族皆さままで読んでいただけると嬉しいです☺

編集 東光寺副住職寺庭 横山 由馨 