

光信寺 断食会 に参加される皆様へ

準備品

- * 簡単に履ける履物（座禅堂に何回も通うためにあれば便利です）
- * 洗面用具
- * 写経しますので筆ペン（適当なペンでよければ用意してあります）
- * 散歩出来る履物でお越しください
- * 朝・晩冷えますので、温かくする服を準備してください（寝る部屋は暖房します）
- * できるだけ5本指靴下をお持ちください。

注意

- * 木曜日の夕食は出来るだけ軽くすませてください。
- * 金曜日は、朝から現地集合までの間食事をとらず、水かお茶だけですごしてください。

その他

- * 16:30から光信寺断食会場にて受付と会費徴収をさせていただきます。
- * 集合時間19:00ですが、都合で遅くなってもかまいません。各自の都合に合わせてお越しください。お車でお越しの方 道がわからない時迷ったとき 気軽にお電話してください。
- * 断食中は、シャワーのみ利用出来ます。
- * 断食会の時間スケジュールは、変更することがあります。
- * 断食期間中の座禅やワークは、自由参加です。
- * 参加者のみなさんには、明けの食事準備・片付け・清掃などのお手伝いをさせていただきます。
- * 終了後 温泉「ゆっくら」にて汗を流してお帰りください。
受付にて断食参加者であることを告げれば無料です。（タオルは、各自準備すること）

交通手段

- * 無料送迎バスは福山駅北口 9:00のみになります。
温泉「ゆっくら」で時間までくつろぎください。断食参加者であることを告げれば300円ご利用いただけます。但しタオルは自前をお願いします。
- * 路線バスを利用される方は**事前に申し出**下さい。
 - 行き 福山駅前①乗り場から高蓋行き 16:00 発 光末入り口 17:10 着
17:45 発 光末入り口 19:05 着
(フリーバス亭の為。運転手に**光末入り口**で降りること伝えてください)
到着時間に合わせ**バス亭上**までお迎えにまいります。
 - 帰り 無料送迎バスが温泉から出ています
「ゆっくら」15:20 発 JR福山駅北口 16:32 着
- * 車で来られる方は「光信寺の湯・ゆっくら」の看板を目印にしてお越しください。
「光信寺の湯・ゆっくら」に着きますと **駐車場内**を通り抜けて北に向かう道へと進んで行くと山門が見えてきますので通り越し さらに鐘楼過ぎて書院前に駐車してください。

問合せ 光信寺 0847-85-2368 断食担当 若林 080-6323-1755