

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
- * 写経用筆ペン（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てください
- * 朝・晩冷えますので、温かくする服を準備してください（部屋には暖房があります）
- * できるだけ5本指靴下をお持ちください。

注意

- * 木曜日（開始前日）の夕食は出来るだけ軽くすませてください。
- * 金曜日（当日）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

- * 開始時間まで、温泉「ゆっくら」をご利用できます。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。
- * 17:30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。
- * 就寝部屋は、男女別々ですが、大部屋になります。
- * 断食中は、シャワーのみ利用出来ます。
- * 断食会のスケジュールは、時間・内容など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

- * **無料送迎バスは現在運休**
- * 路線バスを利用される方は**事前に申し出**下さい。（路線や時刻変更があるため）
 - 行き 福山駅前①乗り場から由木行き 16:45 発 上井関 17:48 着
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 無料送迎を温泉から福山駅まで行います。
- * 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

Waka2298@gmail.com