



曹洞宗 源溪山長安寺 寺報〔N0.300〕

“源溪山だより”

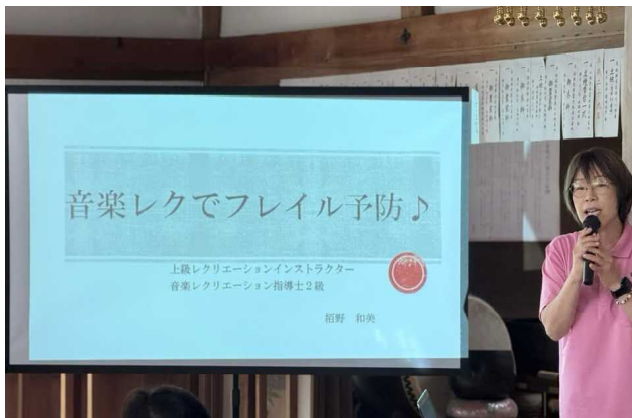
<https://chouanji.p-kit.com/> 令和8年7月③
住職 恩田仁志 gen-chouanji@aka2.gmob.jp



↑ 当日の写真から

◆大歓声が響く本堂でした

仏教婦人会総会・研修会を行いました。講師は上級レクリエーション・インストラクターほか多くの資格をお持ちの栢野和美様。「音楽レクでフレイル予防」^{かやの}と題し、楽しい時間を過ごしました。



最初は緊張気味の皆様でしたが、次第にボルテージも上がり、とても楽しい一時間となりました。

下の写真では皆さんの右手がピンと揃って挙げられています。頭も口も手も総動員でお話に引き込まれました。

この様子からだけでも楽しさが伝わりますね。



今回の御斎はちらし寿司と味噌汁・漬物。当番の西町、西本町、大木原の皆様にお世話になりました。



10月25日(日)に研修旅行を予定しています。詳細は後日お知らせします。多くの皆様で出かけたと思います。予定に入れておいてください。

今年90歳になった俳優の毒蝮三太夫さんが、元気で長生きの秘けつは“3つのベルを鳴らせ”だと自身のYouTubeに投稿しました。

3つのベルとは・・・

たべる
しゃべる
調べる



婦人会総会の日、少なくとも“食べる”と“しゃべる”は合格!。しっかりと脳を刺激して、元気で長生きを目指しましょう。