

多目的ホールご利用案内

多目的ホールは、門信徒の皆様・地域の皆様が気軽に利用できる多目的施設として設置されました。

お寺の行事や通夜・葬儀会場としてのご利用のほか、会議室、各種イベント会場としてもご提供いたします。会場使用希望の方は眞光寺HPをご覧くださいの上、お電話ください。

インターネット設備完備、換気良好

冥加金:お布施としてお納めください。ご相談下さい。

※町内会行事、地域行事については無料でお使いいただけます。



お子さまのご利用歓迎！ののさまがお待ちです。



◆教室案内◆

※お問い合わせは各主催者様に直接ご連絡ください。新型コロナウイルス感染症の状況によっては、延期、中止又は内容を変更する場合があります。

自力整体



慢性的な不調の改善と予防を目的とした自己治療法の一つとして、自身で行う整体。

第1・第3日曜日 午前10:00～



範岡しのぶ

☎090-8993-2123

リボンヨガ シニア椅子ヨガ



- ・リボンヨガ
- がん治療中、治療後の方のため
- ・シニア椅子ヨガ

講師:柴田

☆シニア椅子ヨガ

第1、第3木曜日午前

☆リボンヨガ

第2土曜日 午前 乳がんリラックスヨガ

午後 リカバリーヨガ（がん種問わず）

第3木曜日 午後 乳がんリラックスヨガ



スタジオアールイー

☎090-8713-2316

テラヨガ



本場インドのヨガをワナカムヨガスクール創立者でもある師マスター・スターと出会い、師の元で現在もヨガの学びを継続中。
快適な日常生活を送るため、5000年受け継がれている本場インドのヨガの教わり、実践することにより快適な毎日を送ることができてます。
是非、アサナ(ヨガのポーズ)を取るだけではない、快適な日常のためのヨガを一緒にしましょう！



毎週月曜日 9:30-10:30

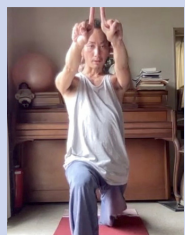
ヨガインストラクター

MIZUKI

mizukichi.810028@gmail.com



火曜サロン ルーシーダットン



YusukeHoshiのルーシーダットン（タイのヨガ）のビデオ配信によるヨガ
火曜サロンではヨガの他に美容講習もやっています。

毎週火曜日 午後2:00～

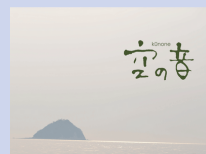
吉川恵

☎080-4264-1585

チベット体操・ヨガ



あなたの笑顔が輝きを増すように。ヨーガもタッチケアも、私に出来る平和活動！



不定期開催

杉原リョウコ

☎090-3745-5968



ラジギール・クラブ

インドのこと、仏教のこと、色々お話しします。

講師：眞光寺住職 青原令知
（龍谷大学文学部特任教授）

◆開催日：毎月第三土曜日

◆時間：午後1:30～

◆開催場所：多目的ホール
（zoom配信予定）

◆参加費：自由お気持ちで

※予約は不要ですが、葬儀等で急な予定変更の場合があります。事前にお問い合わせ、またはHPでご確認ください。

