

法福寺のたんじき倶楽部

主催 一般財団法人 法福寺

運営 法福寺

協力 医療法人 和康会

ご挨拶

高度成長を経て成熟社会に入った日本において、人々は欲しいものは何でも手に入れることができるようになりました。そんな現代社会において多くの人々の関心は、健康と心の安定ではないでしょうか。

特に生きてゆくうえで欠かせない食事は、野菜中心であった昔に比べて今は豊かになったとはいえ、食生活の乱れからか体の不調を訴える人や生活習慣病に罹る人が増えたことは、周知の事実です。

またモノや情報が溢れ、スピードと正確性が求められる現代人には、自然の中で自分と向き合う時間を必要としている人が、少なくないのではないでしょうか。

この断食道場で心と食生活をいったんリセットすることで、心身ともに健康を取り戻し、日常生活を見直すきっかけに繋げていただけるものと考えております。

合 掌

特 徴

法福寺は40年前から社会人や子供たちを対象に合宿研修を行ってきました。その経験をもとに座禅・勤行・写経は勿論、ヨガとリラクゼーションメニューも取り入れております。宿泊に必要な寝具、お風呂、トイレやエアコンの設備はもちろん完備しております。また、山寺ですから都会の喧騒から離れ、心落ち着いて断食に取り組むことができる環境が整っています。

さらに、現役のドクターから断食の効果や日常生活での注意点などを、直接お話を聞くことができる「特別講座」も含まれております。

日 程 基本プラン…週末2泊3日コース（金曜 19時現地集合 日曜 10時解散）

平成29年7月14日（金）～16日（日）

場 所 岐阜県各務ヶ原市各務車洞 6799-3 電話：058-384-3510

アクセスはこちら www.hofukuji.com

法福寺 岐阜

検索

参加費 お一人様 20,000円

FAX 058-384-3518 担当：西部 お申込期限：6月末日まで 先着10名様

*これからの開催予定日 9/15～17

.....<参加申込書>.....

お名前 _____ 様 性別 男 ・ 女 _____ 年齢 _____ 歳

ご住所 _____ 電話番号 _____

E-mail _____ 断食経験 あり ・ なし _____