



令和5年度 本照寺 お山しゅぎょう 開催要項



新型コロナウイルスとうまく付き合いながら平常を取り戻していきたいと考え、本年は宿泊修行を復活します。①一泊二日、②日帰り、③親子参加日帰りの3つの形態で開催するので、以下をご覧の上ご希望のものにお申し込みください。

	一泊お山しゅぎょう	日帰りお山しゅぎょう	お山しゅぎょうプチ
内容	<p>お寺で仏教・自然体験を行います。仏教とは、私たちが心安らかに自由生きるための心のととのえ方や考え方の体系です。息抜きとして娯楽も取り入れています。マジメに修行へ取り組むことが内容の中心です。変更の可能性はありますが、取り組みごとの時間(説明+実際に体験+準備・片付けの時間)の合計は次を予定しています。</p> <p>【修行】※「h」=時間 読経(2.5h)、清掃(2h)、瞑想(2.25h)、食事瞑想(1h)、瞑想+読経(1h)、親への手紙(1.5h)</p> <p>【娯楽】 竹工作(2h)、料理(2h)、花火(0.5h)、怪談・肝試し(1.5h)</p>	<p>【修行】 読経(1h)、清掃(1h)、瞑想(1.25h)、食事瞑想(1h)、瞑想+読経(1h)</p> <p>【娯楽】 竹工作(3h)</p>	<p>親子で参加する形式の催しです。</p> <p>【修行】 読経(2h)、清掃(0.75h)、仏教の話(1h)、食事瞑想(1h)</p> <p>【娯楽】 竹工作(2.5h)</p>
日程	7/24(月)9時~7/25(火)12時 受付は8:30~8:50 ※昼食なしで解散	8/5(土)9時~17時半 受付は8:30~8:50	8/3(木)9時半~17時 受付は9:00~9:20
会場	常栄山 本照寺(厚木市下古沢133)		
参加できる方	<p>運営の指示に従い、読経・料理時にマスク着用(鼻出し可)可能な小中学生。檀家さん以外の方も歓迎 ※諸事情でマスクの着用が困難な方は、ご相談ください。また、感染状況によりマスクの着用場面を増やす可能性があります。</p> <p>小学校4年生~中学校3年生</p> <p>小学校1~6年生+高校生以上の保護者</p> <p>感染症対策のため、恐れ入りますが、当日、次に該当する方は参加をご遠慮ください。①37.5度以上の発熱や風邪症状がある。②同居親族や身近な知人に新型コロナウイルス感染の疑われる方がいる。</p>		
参加費	4,000円	1,500円	1,000円(保護者は無料)
持ち物	<p>マスク、健康保険証、医療証(コピー可)、右記に適した服装:①正座 ②ヤマビルが出る草むらでの移動 ③進呈したTシャツへの着替え(具体的にはサンダル厳禁、靴下+長ズボンかスパッツ、上下が分かれた服装、帽子着用)、水筒・補充用の飲料(当寺では飲料を用意しません)、昼食(できれば手作りのおにぎり・サンドイッチなど)、汗拭きタオル2枚程度、常飲薬、筆記用具、軍手、竹を削るナイフ(アウトドアナイフ・工作ナイフ等。カッターナイフでの工作は困難です)、雨具(天候により)</p> <p>米1.5合(夕・朝食で使用。兄弟参加などでまとめる場合は合数を記入)、タオル大3枚程度(入浴・就寝時の敷布・枕用)、洗面用具、寝巻、タオルケット(就寝用)</p>		
注意事項	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 行事への貴重品・携帯電話の持込はご遠慮ください。解散まで、お子さんと連絡がつかなくなります。 ✓ 一泊お山しゅぎょうの入浴は、お寺のシャワーを順番に使っていただきます。他の入浴施設へ移動しません。 ✓ 安全管理には十分注意を払いますが、活動内容に工作や野外活動を含むため、怪我の可能性もございます。これまで重大な事故は発生していませんが、本人の責による怪我や第三者の財物の破損に対し、当寺では責任は負いかねます。何卒ご理解とご了承をお願いいたします。 		

■事前準備:当日までに次の食前・食後の言葉の練習をお願いします。

食前の言葉

久遠(くおん)の仏様、ありがとうございます。私たちの命を支えてくださる皆さん、ありがとうございます。お父さん、お母さん、ありがとうございます。全てに感謝し、ありがたく、このお食事をいただきます。南無妙法蓮華經、いただきます。

食後の言葉

この命と力を無駄にすることなく、毎日の務めに励みます。南無妙法蓮華經、ごちそうさまでした。

■よくある質問:

Q)檀家ではないのですが参加できますか。また、一人でも参加できますか。

はい。例年、檀家ではない方の参加が中心です。個人作業が主のため、一人の参加で問題ありません。

Q)新型コロナウイルス感染症に関して、どのような対策を行いますか

入口で手指の消毒、二酸化炭素濃度を元に屋内換気、読経・料理時のマスク着用、自炊する夕食は加熱料理

(カレー)、屋内での参加者同士の距離の確保(頭部を基準に着座 1.5m・就寝 1m 程度)等を予定しています。

■参加者の声:

- ✓ 親から親へはとてもおすすめしたいイベントです。子供の向き不向きはあるかなと思います。(小4女子 保護者)
- ✓ 今の子供達に足りないことを教えてくださるし、母親が話すより伝わる気がしました。特に瞑想は子供には態勢や余計な事を考えないというのはかなりキツく長い時間だったようですが、これを出来るようになったら何かが変わりそうな気がしました。また参加させたいです。(小5男子 保護者)
- ✓ 本人が、経験として胸に刻んできたことが多かった、話が尽きないほど良く話しました。市外から一人で参加しましたが、緊張せずにお友だちと活動できたようです。(小4男子 保護者)

■申込について:

手順

受付期間は 6/6(火)6時~各回 1週間前です(檀家の方は、事前に連絡いただければ仮受付をいたします)。

右下のQRコードを読み取り①「申込フォーム」へ入力するか、下記「申込者記入欄」に記入の上、②直接持参、③FAX(046-247-1156)のいずれかでお申し込みください。後日、担当者より申込の受付可否をお返事いたします。複数人で参加の場合は、用紙をコピーして1人につき1枚ご記入の上、お申し込みください。ただし、兄弟姉妹で参加の場合、2人目以降は「参加者について」の部分のみの記述で構いません。万が一キャンセル・遅刻・早退となる場合は、なるべくお早めにお知らせください。キャンセル料は不要です。当日の連絡は携帯電話へお願いいたします。

問い合わせ先

須藤由子(すどうよしこ):メール honshouji2014@gmail.com、携帯 090-6030-1850

申込者記入欄

(受付時間:平日 9~17時)

申込フォーム



参加者について	ふりがな			生年月日	平成	年	月	日
	氏名			性別	男・女・その他	本行事参加回数	回目	
	学校名	立	学校	学年	年生			
	普段着ているTシャツのサイズ	※受付時、150~Lの在庫の中で、なるべくサイズの近い半袖Tシャツを呈呈		持病・アレルギーと本照寺が必要な対応(常飲薬の摂取など)				
	欠席したい催し	ぜんそく持ち・怖い催しには絶対参加したくないなどの理由から、「一泊お山しゅぎょう」で参加を見送りたい催しがある方はチェックをお願いします。				<input type="checkbox"/>	花火	<input type="checkbox"/>
保護者について	ふりがな		続柄	電話番号(緊急時に連絡できるものを1つ以上。「:」以降は家・母など番号の名義)	-	-	:	
	氏名				-	-	:	
	住所	〒		メールアドレス(受付報告・忘れ物の案内などをします。原則、ご記入ください)	※PCメール受信が可能なもの			
	本照寺との関係	檀家・本照寺内霊園(樹木葬墓など)・お守り所持・その他						
その他	参加希望日程	参加可能な日程に関して、希望順に番号を振ってください。申込を先着順で受け付け、いずれか1つの日程にご参加いただけます。 ()7/24,25:一泊お山しゅぎょう ()8/3:お山しゅぎょうプチ ()8/5:日帰りお山しゅぎょう		(初参加の方へ)本行事をどのように知ったか WEB・寺報を通じた子ども・保護者の写真掲載	不可の方は、次の枠へチェックを入れてください。顔へモザイク処理をします。写真掲載を希望しません <input type="checkbox"/>			
	申込情報について	記入いただいた情報は、本行事の運営や、次回のお山しゅぎょう・タケノコ掘り・お祭り・除夜の鐘・修行体験など行事の案内に使わせていただきます。案内が不要な方は、次の枠へチェックを入れてください。 行事等の案内は不要です <input type="checkbox"/>						
	通信欄	「お山しゅぎょうプチ」で2名以上の保護者が参加する場合は人数を、また、その他何かございましたらお知らせください。						