第130回　二十五三昧会

おひとり暮らしを健康で豊かに生きるヒント

～たとえば「一人暮らしの集い　ざ・ごはん会」～

2026年11月29日（日）

お話：14時～16時　**会場：本堂**

65歳以上の高齢者の一人暮らしは、現在800万人を超え、2040年には1000万人に達すると予想されています。高齢化が進めば、自然の成り行きです。今、高齢夫婦二人暮らしでも、いつかは一人になることは誰にも避けることは出来ません。その時、残された一人暮らしの人生をどのように生きたらいいでしょう。筆者の経験から、連れ合いを亡くした喪失感、孤独感、孤立から立ち直るには、同じ境遇の人との出会いや、コミュニケーションが何よりも力になりました。

岡本寺では、今年４月より「一人暮らしの集い　ざ・ごはん会」がスタートしました。会の紹介を通じて、おひとり暮らしを健康で豊かに生きるヒントを皆さんで一緒に考えてみませんか？

「ざ・ごはん会」では、新会員の募集もしています。　一人暮らしの集い：メンバー　記

参加条件は男女問わずおひとり暮らしの方。みんなで一緒に料理を作り、食べながらおしゃべりを楽しむ会です。今日の料理の感想から始まり、一人暮らしゆえの失敗談に大爆笑。仲間がいると思うと一人暮らしもわるくないねーと思えちゃう会です。

場　所／岡本寺小堂
活動日／毎月第３火曜日
時　間／10：30～14：30
参加費／食材費＋施設料100円

一人暮らしの集い『ざ・ごはん会』





要予約　開催日の１週間前までにお申し込みください。

❖参加無料・予約なし！ どなたでも自由に参加できます！ 詳しくはお寺までご連絡ください。（平日10時～16時）

主催：観瀧山 岡本寺（こうほんじ）TEL.072-793-0203

〒666-0121 兵庫県川西市平野1-33-14　TEL/FAX072-793-0203　mail：vyku11976@nike.eonet.ne.jp

ホームページ https://www.kohonji.jp または 川西市岡本寺 検索

岡本寺QR