

介護・健康・法律・福祉・宗教  
各分野の専門家が岡本寺に結集

## 岡本寺よろず案内所

お悩み解決への第一歩！

6月24日(水) 場所：岡本寺小堂

毎月第4水曜日 13:00~14:00

皆様の心配事を整理して、解決への出口を探します

14:00~個別無料相談  
(予約優先) もあります



コミュカフェのお昼ご飯  
(12時~2日前までに  
要予約 ¥300) もご利用  
ください

## 簡単な呼吸筋ストレッチ &

## 読経呼吸法で健康に！

お寺で始まった「般若心経で誤嚥性肺炎予防」  
読経がもたらす健康効果 長い息で長生き！

問い合わせ先 072-793-0203 岡本寺 (こうほんじ)