



平成30年 奈良県大芸術祭 奈良県障害者大芸術祭

牡丹・寒牡丹・芍薬と中将姫伝説で有名な奈良のお寺 石光寺(せっこうじ)です。現在牡丹420種、2700株。芍薬100種、500株を有し、ゴールデンウィークには、日本で生まれ、海外で花咲いた牡丹と芍薬のハイブリッドがさまざまな色で咲き乱れます。

一方で「寒牡丹」は人手を介さず、自然の状態です。時期が来れば自ずと花を咲かせます。ただデリケートな品種ですから、気候の状態によって敏感に反応し場合によっては開花せずに終わってしまうものもあります。これも自然にゆだねるからこそその事象でしょう。ひとたび咲けばその姿はいかにも冬の花らしくその風情は晩秋及び、年の瀬の雰囲気でもあるしはたまた気温が下がれば花の形も変わり新春の雰囲気でもあります。

寒牡丹時期： 11月下旬～1月初旬



牡丹もいいし
御朱印もいいし
仏さんもいいし



■インストラクター紹介
岸野 尚子
・イオンカルチャー講師
・スポーツクラブ
・公共施設写真指導多数
奈良ゆがみ矯正ヨガ教室 主宰
050-5329-1720
kissyoga@outlook.jp



石光寺 寒牡丹鑑賞しながらのヨガと 中将姫・役小角の漢方

ヨガの世界
ヨガは 静と動が組み合わせた大変交差の良し
複合トレーニングです。
わんざや小まなげが溢れ
身体の軸がしっかりします。
これは血流の改善と免疫力と
全身のメンテナンス力がアップし
歪みが改善されたからだと思えます

寒牡丹を鑑賞しながらのヨガと
元のおづめ
中将姫と役小角の漢方
秘話を聴く!!



お寺への行き方 Youtubeストリートビュー 石光寺HP



一部 10:00-11:30 二部 13:30-15:00
プログラム: 寒牡丹鑑賞 ヨガ 住職の話

場所: 石光寺

みんぱでやれば
痛くない!!

役小角ご朱印は
通常6月のみの
限定ですが漢方
講話当日に限り
承ります

事前予約をお勧めします
壹千円 限定60名
(拝観料含む)

主催: 石光寺、石光寺事務局 2018年11月25日(日)

申し込み/お問合せ: (株)ライフインパクト内 担当 三志多(みした) (06) 6949-3113 http://sekkouji.or.jp/

近鉄 南大阪線 二上神社口から徒歩15分
近鉄 南大阪線 当麻寺から徒歩20分