

世界遺産、比叡山延暦寺の宿坊で学ぶ。

写経 一文字一文字に集中する。

経文を書き写す修行体験。一文字一文字を大切に書き写す事により功德を得られ、他にも集中力強化、脳の活性化、リラックス効果、ストレス解消の効果もごございます。日帰りでも体験可能です。

- ◆体験時間：約90分～120分
- ◆受入時間：日帰り/9:00～ 宿泊/応相談
- ◆住職の指導有り無しで料金が変わります。お問い合わせください。



■写経 ▲イメージ



食事作法

食事の意味を知る。

住職より指導いたします。全ての生命に想いを込めて精進料理を味わっていただきます。

◆別途料金が必要となります。

▲イメージ

坐禅 自分自身に向き合う。

日常の生活を離れ、自分自身に向き合い、姿勢、呼吸、心を整え、心身共に浄化する修行体験。住職より説明・指導いたします。日帰りでも体験可能です。

- ◆体験時間：約60分
坐禅説明・指導～坐禅～法話
- ◆受入時間：日帰り/9:00～ 宿泊/応相談
- ◆別途料金が必要となります。



■朝事 ▲イメージ



■三塔巡拝 ▲イメージ



■坐禅 ▲イメージ

滋賀県と京都府の境にそびえ、山頂からは日本最大の琵琶湖を望む事が出来る比叡山。その比叡山に建立された比叡山延暦寺は1200年前伝教大師「最澄」によって開かれた天台宗のお寺である。延暦寺会館はその延暦寺東塔地域の境内にある宿坊。ここでは静かな環境で歴史を学び修行を体験していただくことができます。



▲イメージ

食事 自然の味を生かした精進料理。

長い歴史の中で工夫を重ね、仏門に帰依する人々の間で食されてきた精進料理。素材を無駄なく調理することにより、生命の尊さを感じる料理です。

◆アレルギー対応致します。1ヶ月前までに詳細をお申し付けください。



▲イメージ

- 夕食メニュー(一例)
- ◆漬物 定心房・日の菜漬
 - ◆胡麻豆腐
 - ◆小鉢 ひじき煮・厚揚げ煮
 - ◆煮物 飛龍頭・赤コンニャク煮
 - ◆昆布巻き煮・ブロッコリー・花麩
 - ◆野菜大豆ハンバーグ・キャベツ・スパゲティ・ミニトマト
 - ◆吸物 若布・湯葉
 - ◆白ご飯
 - ◆ヨーグルト

浴場 地下中浴場「星の湯」「宙の湯」は貸切可能

当館は地下1階の中浴場「星の湯」「宙の湯」が有り、時間貸切でご利用いただけます(詳細は下記施設情報参照)。全館利用の場合2階「満天の湯」「満月の湯」の利用も可能です。



▲地下1階中浴場

▲地下1階中浴場脱衣場

売店 滋賀・京都の銘菓から限定商品までご用意

滋賀や京都の銘菓から延暦寺独自の限定商品まで多数取り揃えております。

- ◆営業時間：7:30～20:00
- ※学校様売店をご利用される場合、事前にお時間をお知らせ下さい。



教育旅行体験モデルコース

教育旅行でご宿泊の際は、坐禅や写経等の体験を組み入れていただいております。

左記は体験のモデルコースとなります。

「写経」・「食事作法」・

「坐禅」以外の体験の他に、

「法話」「作務」「三塔巡拝」

などの修行体験も可能です。

お問い合わせください。

■教育旅行/1泊2食コース(一例)

1日目	
14:30	入館
15:00	開校式(延暦寺会館内/日程等の説明)
16:30	坐禅指導(延暦寺会館内)
18:00	夕食/食事作法(食前観、食後観指導)
19:00	法話もしくは修行ビデオ鑑賞
20:00	入浴・就寝準備(布団敷き)
21:30	就寝点呼
2日目	
05:00	起床
05:15	坐禅(根本中堂) ※人数により大講堂とニカ所で行う
06:30	朝事(根本中堂)
07:00	作務(清掃等)
07:30	朝食/食事作法
08:30	清掃及び帰り支度
09:00	閉校式
09:30	出発

■施設情報

受入人員	最大300名	入浴	中浴場	星の湯(ほしのゆ)(男子) 宙の湯(そらのゆ)(女子)	◆最大15名収容可能 ◆シャワー・カラソ	◆脱衣棚38個	客室	テレビ	各部屋に有(撤去は不可、カットは可)
貸切バス乗降	◆東塔 第一駐車場にて下車・駐車 ◆大型バス70台駐車可能 ◆第一駐車場より徒歩8分		地下1階	◆最大15名収容可能 ◆シャワー・カラソ	◆脱衣棚38個	電話		有⇒内・外線カット可	
履き物	靴を脱ぐ場所は各部屋/館内はスリッパ又は靴利用	部屋風呂	◆シャンプー・コンディショナー・ボディソープ有 ◆ドライヤー/男女各2個備え付け有		◆全室40% 生徒利用は不可 ロック不可	冷蔵庫	部屋により有⇒中身は空		
食事会場	◆2階大ホール【比叡】最大300名まで ◆生徒・先生メニュー同内容 ◆片付け方は住職より指示有り ◆夕食対応可能時間/17:30～20:00 ◆朝食対応可能時間/07:00～08:30		部屋風呂	◆シャワー・コンディショナー・ボディソープ有 ◆ドライヤー/男女各2個備え付け有		◆全室40% 生徒利用は不可 ロック不可	冷暖房	有⇒調整は各部屋	
班長・室長会議	1階大広間【瑞峰】最大200名	部屋の鍵	◆一般同宿時の時間貸切 16:00～22:00可 ◆全館使用時/2階大浴場の利用も可 ◆先生の入浴23:00まで※応相談、早朝は不可		◆生徒の鍵使用は不可 ※ご希望により応相談 ◆マスターキー貸出不可	トイレ	◆個室は各部屋に有 ◆広間は共同トイレ利用 1階に2ヶ所(本館・別館)・2階に1ヶ所(本館) 身障者用トイレは本館1階・2階共同トイレに有		
集合可能場所	①フロント前ロビー/最大150名まで集合可 ②会館玄関前/最大300名まで集合可		寝具	◆寝具の上げ下げは各自 ◆片付け方は部屋の端に重ねる ◎外すもの/シーツ・枕カバー ※連泊の場合交換は無し		◆洗面所	各部屋に有		
先生ミーティング	1階会議室 又は 2階【無尽】	自動販売機	ジュース・アルコール有(カット・貼り紙対応可)		備品	◆生徒のアメニティは無し・先生は有 ◆ドライヤーは部屋に有るが基本使用不可 ※ご希望により応相談			
貴重品	貴重品袋は無し/各部屋に金庫は有/生徒は使用不可				ゴミ	客室のゴミ箱使用・大量のゴミは持ち帰り			
					館内放送	基本不可/全館客室使用の場合のみ可(放送は学校様)			
					水筒補給	各自の水筒にお茶等の補給は不可、別途ペットボトル等の購入要			
					他	◆非常口各階2カ所◆エレベーター有/生徒の移動は非常階段			

全ての恵みに感謝して、心静かに…。