心と身体を整える
お寺レク

現地生中継



司会進行　メイミ

除夜の鐘 LIVE

臨済宗大徳寺派香林院
宗信　和尚

ご住職の優しい語り口で、
禅的呼吸法やストレッチ
仏教にまつわるちょっと
いい話等をお届けします。
年の瀬の特別企画
お寺からのレクです。

えぶりPLUS+
EVERY PLUS

2026
12月
30日（水）
開演14:00～14:45

毎日14時～の生配信で全国延べ1.3万、31万人以上の利用者さんがご参加！
オンラインレクちゃんねる　運営：(株) エブリ・プラス

毎日の配信スケジュールや無料人気レク動画はwebより