

楽しくお得に健康づくり 温泉プール無料利用券あります

岸本温泉ゆうあいパルは、入浴施設と運動用温泉プールを備えた健康増進施設です。伯耆町では、町民の自発的・積極的な健康づくりを支援するため、温泉プールの無料利用券を交付します。希望する方は、窓口で申請してください。

個人利用

最大で48回分 (14,880円分)

グループ利用 (友人同士や家族など2人以上)

最大で48回分 (14,880円分)

グループ全員で48回利用した場合は、更新申請で「3月末までの残り月数×4回分」をさらに助成

モニター利用 (水中ウォーキングの効果を検証するため、体重・体脂肪率などを記録して下さる方)

最大で96回分 (29,760円分)

「プール利用者カード」をあわせて交付しますので、体重などを記録して、3月末に福祉課へ提出してください。

※週2回(月8回)利用を想定していますが、使用頻度は問いません。

問い合わせ先 福祉課 福祉支援室 TEL:0859-68-5534

利用者の声

モニター登録し、体重・体脂肪率を記録するようになり、継続利用できました。現在は運動することが習慣となり、身体の調子も良く、同年代の方よりも若返った気がします。(町内在住 70代 男性)

- 対象者/町民 (医師から運動制限を受けていない方)
- 交付の種類/利用形態によって、無料利用券の交付枚数が変わります。
- 利用期限/平成29年3月31日
- 受付窓口/福祉課、分庁総合窓口課
- 受付開始/4月1日
- 注意事項~無料利用券のご利用にあたって~
 - ・温泉プールでのみ利用できます。
 - ※温泉の利用には、別途入浴券が必要です。保健事業の対象ではありません。
 - ・本人以外使用できません。
 - ・再発行できません。



岸本温泉

ゆうあいパル通信

vol.8



支配人の
きまちです

だるさ・むくみ改善! 足湯のススメ

源泉100%の足湯をご利用ください

足は「第二の心臓」とも言われ、心臓と同じように、全身に血液を送るポンプの役割を果たしています。足を温めることで、全身の血行も良くなり、だるさやむくみ改善によく効きます。

ゆうあいパルの足湯はややぬるめですが、加温していないので源泉そのまま。しかも、無料でお楽しみいただけます。中庭(ゆうあいパル玄関前)にありますので、営業時間内ならいつでもお気軽にご利用ください。

足湯の効果

- 血行促進
- 冷え症・むくみ改善
- ストレス解消

足湯効果をさらに高めるワンポイント

足湯に浸かりながら、足の指を開閉(グーパー)したり、足踏みしたりすると、血流がさらによりよく疲れが取れやすくなります。



足は「第二の心臓」

出典: http://google.jp/biyou/1403karada_pokapoka763/



無料の足湯は源泉 100%

脱衣室のヘルスマーターを新しくしました

肥満度や体脂肪率も測れます

新しいヘルスマーターは、体重のほか、BMI(肥満度が分かる数値)や体脂肪率が測定できます。健康管理のためにご利用ください。

4月の イベント 情報	パンもちデー	2日	伯耆みらい 桜パン、豆ちゃん焼き販売
	風呂の日	5日・16日・26日	ポイント2倍(メール会員3倍)
	ファミリーデー	16日・17日	入浴無料券プレゼント(小学生以下)

岸本温泉ゆうあいパル TEL:0859-68-5526

問い合わせ先

営業時間/10:00~21:00(受付は20:30まで)
定休日/水曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始



15ポイントで1回無料
ポイントカード会員募集中



お得な情報が届く
メール会員募集中!