

発行 / 上島町 編集 / 企画情報課・広報広聴係
TEL0897-77-3952 FAX0897-77-3953
〒794-2506
愛媛県越智郡上島町弓削下弓削 2-3-1

弓削総合支所 TEL0897-77-2500 (代)
生名総合支所 TEL0897-76-3000 (代)
岩城総合支所 TEL0897-75-2500 (代)
魚島総合支所 TEL0897-78-0011 (代)

FAX0897-77-4011
FAX0897-76-2375
FAX0897-75-2852
FAX0897-78-0330
〒794-2592 上島町弓削下弓削 210 番地
〒794-2550 上島町生名 621 番地 1
〒794-2492 上島町岩城 1427 番地 2
〒794-2540 上島町魚島 1 番耕地 1362 番地 1



かみりんコースで優勝した魚島チーム



**第35回全国健康福祉祭えひめ大会
ねりんピック愛媛のえひめ2023
ウォークラリー交流大会**

10月29日(日)、いきなスポレク公園を拠点に上島町ウォークラリー交流大会が開催されました。晴天にも恵まれ、北は北海道から南は鹿児島県まで全国から40チーム199名の選手が参加し、約4.3kmのコースをゆめしま海道を眺めながら楽しく競技を行いました。

学生を始め多くのボランティアの協力もあり、選手の方々と交流を深めることができ、アトラクションでは、生名だんじりの担ぎ上げもあり、会場はおおいに盛り上がりしました。表彰式では、かみりんコースで地元魚島チームが優勝し、会場から多くの拍手がありました。

選手の皆さまにおいては、今後ますます健康に留意していただき、個人的に上島町に来ていただけたらと思います。なお、詳しい成績は左記のQRコードからご覧ください。

しおのゆ 潮湯だより 12月

潮湯は、海水の特性(浮力・抵抗・成分等)を利用した全身浴・部分浴・体操・歩行等の運動浴治療法が行える海水温浴施設です。定期的に健康講座を開催しております。ぜひ、ご参加ください！

水中歩行講座

10:30～11:15

6日(水) 13日(水) 20日(水) 27日(水)

今月の
テーマ

からだポカポカに！
大きい筋肉を使おう

姿勢改善水中運動

10:30～11:15

15日(金)

姿勢の崩れは肩こりや腰痛・冷え性などの原因にもつながります。水の特性を活かして運動し、正しく美しい姿勢を目指しましょう♪

インストラクター 西村すみれ

海水温浴施設 潮湯 ☎74-0808 営業時間 10:00～19:00

※当施設をご利用の際は、
水着・水泳帽を着用してください。