

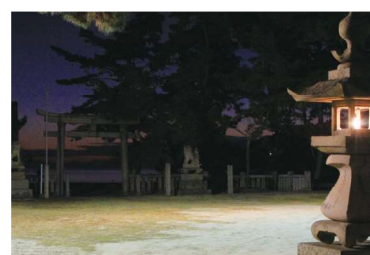
発行 / 上島町 編集 / 企画情報課広報広聴係
TEL0897-77-3952 FAX0897-77-3953
〒794-2506
愛媛県越智郡上島町弓削下弓削 23-1

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



▲ 法王ヶ原 (弓削：瀬戸内海国立公園)



「初日の出」



令和7年1月1日(水)、日の出の時刻である午前6時51分、雲の隙間からほんのりと明るくなり、7時30分過ぎには初日の出を確認することができました。

この日、弓削の法王ヶ原では初日の出を見ようとたくさんの人たちが集まり、新年を祝いました。

ゆつくりと太陽が姿をあらわし、眩ゆいばかりのとても美しい光が射し込みました。波打ち際は初日の出を背に写真を撮ったり、直接初日の出を目にして、一年の健康を祈願しました。

本年も、皆さまのご健康とご多幸を心からお祈りいたします。

しおのゆ 潮湯だより 2月号

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います。潮湯に興味はあるけど、どんな風に体を動かせばよいかわからないという方にもおすすめです!海水の浮力で膝や腰の痛みを少なくし、軽やかに運動してみませんか。ぜひ、ご参加ください!



水中歩行講座

今月のテーマ

腰の疲れをとる運動

10:30~11:15

5日(水) 12日(水) 19日(水) 26日(水)



姿勢改善水中運動

10:30~11:15

21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。