

【ご案内】

- ◆期間 3月22日(土)～4月6日(日)
- ・期間中は積善山登山道が車両一方通行になります
 - ・桜の開花状況により期間の変更があります
 - ・山頂付近(展望台～東駐車場～西駐車場)の桜は、枯木・老木化のため、計画的に植替えを行っています
- ※ 麓～中～西駐車場の間に、綺麗な桜並木があります

◆会場 いわぎ桜公園、積善山周辺

◆夜桜ライトアップ
期間中 19時～22時(いわぎ桜公園)

◆メインイベント 4月6日(日)
ステージ演奏やダンス披露、来場者が参加して楽しめる企画、さらには特産品を使ったグルメが堪能できる出店ブースなど、多彩な催しを行います。

※当日は積善山登山ルート車両通行止め

詳しくは、折り込みチラシをご覧ください。



桜開花情報



しおのゆ 潮湯だより 4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!



こんな悩みありませんか?
海水の浮力で重力から解放されて
身軽に運動を試してみましょう。

水中歩行講座
10:30～11:15

今月のテーマ みんなが知りたいウォーキング!
9日(水) 16日(水) 23日(水) 30日(水)

姿勢改善水中運動
10:30～11:15

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。

18日(金)

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。