

疲れた心身をリフレッシュ♪

湯ったり癒しを満喫しよう♪



湯之谷温泉

湯治場のような情緒も魅力

斉明天皇も行幸されたという1400年の歴史を持つ名湯。源泉掛け流しで、愛媛では珍しい硫黄の香りが温泉気を盛り上げます。外には無料の足湯もあり、お遍路さんの姿も。

data ☎0897-55-2135 年中無休
住 西条市洲之内甲1193
営 8:30~21:30 (札幌21:00)
料 大人/500円 小学生/150円 幼児/60円



休暇村瀬戸内東予

開放感と眺望が最高!

男子浴場からは石鐘連峰、女子浴場からは瀬戸内海の多島美が望める露天風呂があり、パツグンの開放感が心まで癒してくれます。食事も堪能して、プチ旅の一日を!!



data ☎0898-48-0311 年中無休
住 西条市河原津乙7-179
営 11:00~15:00 (札幌14:00)
料 大人500円 小人300円



東予温泉いやしのリゾート



リゾート気分を味わえる

バリ島をイメージし南国ムードあふれる温泉。露天スペースには源泉風呂、樽風呂、歩行浴など、大浴場には大浴槽、水風呂など種類が豊富。

data ☎0898-64-0080 年中無休
住 西条市周布687-1
営 6:00~24:00 (札幌23:00)
料 大人/550円 3歳~小学生/300円 65歳以上/500円



正しい温泉入浴法

入浴の手順やマナーを知り、温泉を満喫!

①まずは、身体の上からかけ湯を。

清潔にするため、温度に慣らすために、かけ湯をしっかりとしましよ。順序は、足先から、腹、肩へ。



②はじめは半身浴で身体を慣らそう。

まずは「半身浴」で、おへそ辺りまで3分湯船に浸かり、5分上がるを繰り返して、身体を慣らしましよ。

③身体を浮かせて全身リラックス。

湯船の淵に頭を乗せられる所なら、力を抜き、手足をゆらゆらと動かしてみましよ。刺激の強い泉質の場合は避けましよ。

④入浴後のあがり湯はしない。

温泉成分を洗い流さないため、入浴後の上がり湯はしない。(但し、皮膚が弱い人、刺激の強い温泉の場合は流しましよ)



⑤入浴後は安静にしよう。

発汗により失われた水分補給を。エネルギーの消耗や血圧の変動もあるので、入浴後は30分~1時間休憩しましよ。



【マイタウン】設置店

- ◆風音 ◆フジグラン今治 ◆Aコープ菊間 ◆かわら館 ◆伯方ショッピングセンター ◆しのぎ整形外科 ◆せとうち茶屋 ◆ライフショップ大島店 ◆マークスマート大三島店 ◆株式会社青山石工房本社
- ◆キスケカラオケWAO ◆キッチンエム ◆ファンタブルキッチン ◆今治愛菜館 ◆まねきねこ 今治唐子店 ◆今治ワールドプラザ ◆イオンモール今治新都市 ◆放射線第一病院 ◆ナムコワンダーボール今治店
- ◆JA玉川 ◆栄福寺 ◆JA波方 ◆波方図書館 ◆JA大西 ◆鴨頭医院 ◆大西クリニック ◆有限会社鳥生工務店 ◆そごう新町店 ◆興雲寺



太鼓の演奏や出店も

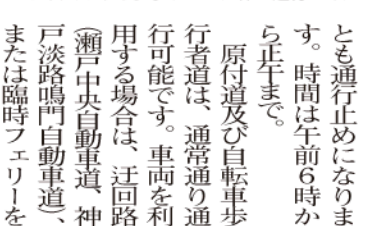
おかげさん祭り 10月14日

小規模多機能居宅介護施設「おかげさん」(玉川町別所)は、太鼓の演奏やお菓子投げなど様々なイベント満載の「おかげさん祭り」を10月14日、同施設で実施します。当日は、能島水軍太鼓の演奏や、お菓子投げ、日本空手協会玉川支部による空手道演舞(13時~)、シルバークー

10月28日通行止めです

今治ICから因島北IC 6時から正午まで

10月28日に開催される、サイクリングしまなみ2018に伴い、今治インターチェンジから因島北インターチェンジまで、上下線(同実行委員会)内しまなみ海道本線)は、サイクリングしまなみ2018に伴い、通行止めにします。時間は午前6時から正午まで。原付道及び自転車歩行者道は、通常通り通行可能です。車両を利用する場合は、迂回路(瀬戸中央自動車道、神戸淡路鳴門自動車道、戸淡路門自動車道)をまたは臨時フェリーを利用ください。



地域の得する! 役立つ! 楽しい人!

情報を教えてください! 「〇〇〇の大会で優勝した!」「〇〇さんがこんな事で頑張っている!」「お店が〇周年を迎えた!」(5周年から5年単位)「イベントの告知をしたい!」など下記へお知らせください!

☎0898-31-8200 (担当/竹葉) メール mail@mytown-g.co.jp

10/3(水)~10/9(火)までの 救急病院当直表

10/3(水)	済生会今治病院	10/7(日)	鈴木病院 ※3 今治市医師会市民病院 ※4
4(木)	白石病院	8(月・祝)	瀬戸内海病院
5(金)	今治第一病院	9(火)	済生会今治病院
6(土)	木原病院 ※1 今治市医師会市民病院 ※2		

※1 10/6(土) 木原病院... 8:30~17:30
 ※2 10/6(土) 今治市医師会市民病院... 17:30~翌8:30
 ※3 10/7(日) 鈴木病院... 9:00~16:30(内科のみ)
 ※4 10/7(日) 今治市医師会市民病院... 8:30~翌8:30

季節の変わり目は、体調の変化に注意しよう!

※病院の都合で変更する場合がございます。電話案内でご確認ください。

(島しょ部)日・祝日当番医表	受付時間/9:00~17:00	小児科急患診療当番	受付時間/9:00~12:00, 14:00~17:00
10/7(日)	片山医院 ☎(0897)84-2620	10/7(日)	県立今治病院 ☎(0898)32-7111
10/8(月・祝)	喜多嶋診療所 ☎(0897)72-0250	10/8(月・祝)	松本小児科 ☎(0898)32-5880

各病院の電話番号 受付時間/8:30~翌8:30

今治市医師会市民病院 ☎(0898)22-7611	白石病院 ☎(0898)32-4135
今治第一病院 ☎(0898)23-2000	鈴木病院 ☎(0898)23-0500
木原病院 ☎(0898)23-0634	瀬戸内海病院 ☎(0898)23-0655
県立今治病院 ☎(0898)32-7111	広瀬病院 ☎(0898)47-0100
済生会今治病院 ☎(0898)47-2500	

ひざが痛くて旅行を我慢している方へ

「家族と一緒に旅行に行きたいが迷惑をかけるので遠慮している」
 「お医者さんに手術をすすめられているが手術はしたくない」
 「変形性膝関節症と診断されて将来寝たきりになるのが不安」
 「マッサージや電気をしているが楽になるのはその時だけ」
 ひざの痛みを多く改善してきた整体師の私が、心と体の不安を受け止めます!

ひざ痛改善コース 新規の方 60分 ¥3,240

「あなたに合ったケアをします」
院長 阿部 裕昭

※不妊症で悩んでいる方もサポートしています。ひとりで悩まず相談してください!

Realize 今治市常盤町8-4-23 ☎(0898)78-1120

臨時休館のお知らせ

いつもクアハウス今治をご利用いただき、誠にありがとうございます。館内メンテナンスのため、下記の期間臨時休館とさせていただきます。

【臨時休館期間】
2018年11月13日(火)~22日(木)予定

ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

一般財団法人 今治市多目的温泉保養館管理公社
クアハウス今治 今治市湯ノ浦36番地
☎0898-47-0606

アルバイトさん募集

お仕事▶ホール・キッチン

週3日からOK!

時給▶1,000円

時間▶18時~22時

の間で相談ください

まかない付き。お気軽にご連絡ください。

☎0898-33-0867
住 今治市黄金町4丁目3-12
営 17:00~22:00 休 火曜日

我が家のユニークなワンちゃんネコちゃんを自慢しませんか?

ワンちゃんネコちゃんの大募集

ユニークな写真

写真の中に文字を入れたり、加工はしないでください。1枚の写真につき2匹まで

封筒またはメールにて①タイトル(10文字以内)②ワンちゃん、ネコちゃんの名前③性別(オス、メス)④飼い主さんのお名前(フルネーム)⑤ひとこと(20文字以内)⑥電話番号(※情報に不備がある場合連絡させていただきます)⑦写真の枚数⑧加工希望の有無⑨加工希望の加工内容(※加工希望の場合は、加工料がかかります。加工料は1枚につき100円です。加工料は送料別です。)

〒794-0811 今治市南高下町4丁目5-35
「我が家のワンちゃんネコちゃん」係まで
mail@mytown-g.co.jp

OPEN HOUSE

10/13(土)・14(日)
10:00~16:00<雨天決行>

大工一筋40年の職人が造る、ゼロエネルギーハウス(ZEH)を見に行こう。

☆実際に施主様のお宅を見学しながら、家づくりの疑問にお答えします!

☆アンケートにご記入頂いた方へ記念景品プレゼント!

☆四国ガスの最新ガスコンロが体験できる実演試食会開催!

西条市石田
Ys 有限会社 吉村住工
愛媛県知事許可(般-28)第12309号 東温市下林甲2749-2 FAX:089-990-7104
TEL:089-990-7103
Mail: yoshimura.t21@gmail.com