

live a healthy, sensible life

ライブ。

矢吹町健康センター情報だより (毎月1日発行)

ライフ・ア・ヘルシー(web版)
<http://www.kenkou-yabuki.jp/>

～町民の皆様が健康な生活を送れますように～

Health is more important than wealth.

ア・ヘルシー

Live A Healthy

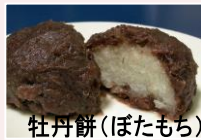


Live A Healthy



発行日 平成26年3月1日
 編集 あゆり温泉
 矢吹町温水プール
 こだわりショップR
 発行所 矢吹町健康センター 指定管理者
 伸和建設株式会社 橋本秀也
 TEL 0248-(42)-2615

3月の歳時記 「ひな祭り・春分の日」



牡丹餅(ぼたもち)

桃の節句に卒業式やお彼岸。あわただしい中でも啓蟄を過ぎると一雨ごとに春めき、お彼岸の頃には自然も暮らしも活気づきます。春のお彼岸に食べる「牡丹餅(ぼたもち)」は、小豆の粒をこの季節に咲く牡丹に見立てたものです。

～暖かい日差しに嬉しい春の訪れを感じます。
年度末で何かと忙しい時期ですが、
心にゆとりをもって春を楽しみましょう!～



あゆり温泉からのお知らせ <あゆり温泉 主任/吉田順一>

RENEWAL

あゆり温泉のバスのデザインを一新しました!



町内を巡回している無料健康バスのボディを可愛らしいデザインに塗替えました。乗用車などの交通手段のない方のための無料バスで、毎週月曜日・水曜日・金曜日に運行しています。リニューアルされたバスを是非ご利用ください。詳しくは、矢吹町役場保健福祉課までお問い合わせ下さい。

また、町内および近隣の市町村で15名様以上の団体様に限り、無料で送迎も致します。(但し、4月28日～5月5日、12月29日～1月7日の期間は除きます)

お弁当のご予約や各種ご宴会も承りますので、詳しくは、あゆり温泉(☎0248-42-2615)までお問い合わせ下さい。



～ あゆり温泉 今月の定休日は **25日(火)** です。(毎月第四火曜日) ～
* 館内を隅々まで清掃し、定期的な安全点検等を行ないますので、ご了承下さい。





三神幼稚園がプール利用の後、皆で

温泉に入って・・・気持ちいいな！

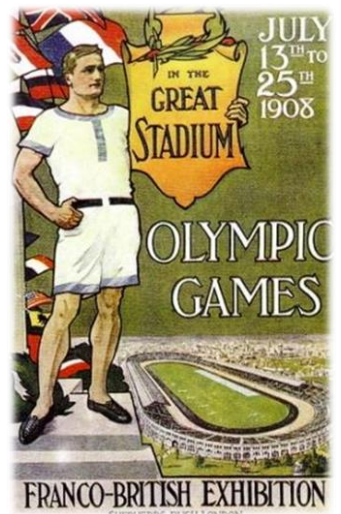


* 更衣室のコインロッカーが、男女
各3台ずつ新しくなりました。*

温水プールの 雑学

オリンピックで初めての「プール」は
陸上トラックの上で行われました。
(1908年ロンドン大会)

ソチで行われた冬季オリンピックも盛況のうちに幕を閉じました。オリンピックといえば、競泳はかつて海や川で実施されていました。1896年第1回アテネ大会はゼア湾、1900年パリ大会はセヌ川、1904年セントルイス大会は人工湖で行われ、初めてプールが使用されたのは1908年ロンドン大会だそうです。コースごとの区切りはなかったようですが、陸上トラックのフィールド部分に全長100メートルのプールが作られました。現在のような50メートルプールが定着したのは、1924年パリ大会からだそうです。ちなみに、「勝つことではなく、参加することに意義がある」という言葉が生まれたのもこの1908年のロンドン大会で、1948年の2回目のロンドン大会の開会式にも掲げられました。



クイズに答えて素敵なプレゼントをGETしよう！ <Vol. 72>

クイズ 高齢者の貧血の原因で、一番多いものはどれでしょう？



- 1 鉄分の摂取不足
- 2 消化器からの出血
- 3 低血圧



[難易度 A]



今月のプレゼント

あゆり温泉無料入浴券



本券1枚で、お一人様が入浴できます。

<あゆり温泉無料入浴券>

あゆり温泉に備付けのプレゼント応募用紙に、クイズの答え・住所・氏名・電話番号・年齢・健康センターに関するご意見ご感想をご記入のうえ、温泉クイズ応募箱に投函して下さい。正解者の中から抽選で3名様の方に、商品引換券をプレゼントいたします。尚、当選発表は、あゆり温泉にお名前を掲示ののち、後日「商品引換券」を郵送いたします。

*抽選日 平成26年3月21日

先月号のクイズの答え ② 体脂肪1kg(7000Kcal分)を減らすのには、35時間かかります。