

# ライブ・ア・ヘルシー



毎月1日発行

**Live A Healthy  
2006.11 Vol.2**

発行日 平成18年11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<sup>あーるくん</sup>R

発行者 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

七五三（15日）…江戸中期に五代将軍徳川綱吉の子（徳松）の祝いがこの日行われたのが始まりといわれます

～お子様の健やかな成長をお祈りします～



ご家族でお祝いの後は、家族揃ってあゆり温泉へどうぞ！



10月3日に「救急救命講習会」を実施しました。（健康センター関係者 50名参加）



安全・安心

あゆり温泉大広間において、健康センター（温泉・プール）関係者50名の参加により開催されました。指定管理者制度導入以来、初の救急救命講習会でしたが、矢吹消防署救急隊の親切・丁寧なご指導により、通常心肺蘇生法のほか、AED（自動体外式除細動器）を使用した実技指導もあり、参加者全員詳しく学ぶ事ができました。今後も万が一に備えて定期的に開催し、緊急事態に遭遇しても慌てず迅速・的確に対処できるようにしていきたいと思っております。

あゆり温泉からのお知らせ <あゆり温泉 主任/吉田順一>

### 「休館日・開館時間・休憩時間変更」のお知らせ

- 休館日 ・ 毎月の休館日を第4火曜日のみといたします。
- 開館時間 ・ 夜10時まで延長いたしております。  
(受付は午前9時～午後9時半まで)
- 休憩時間 ・ 夜9時半まで大広間での休憩を延長いたしております。  
(午前9時～午後9時半まで)

残業などで遅くなっても、ゆっくりご入浴いただけます！



夜9時半まで大広間でご休憩できます。是非ご利用下さい。お待ちしております！

### こだわりショップR感謝祭&「よりすぐり市（お歳暮見本会）」開催！

11月12日（日） AM9:00～PM4:00

日頃お世話になっている方への「お歳暮」。今年は“町の逸品”でいかがでしょうか？  
よりすぐり会の「お歳暮見本会」とこだわりショップRの「感謝祭」を同時開催致します。

#### 特別企画①



「癒し屋」Aコース（30分）  
通常価格2650円を2100円で！

# Refresh

#### 特別企画②



「美顔エステ」Aコース（60分）  
通常価格4200円を2300円で！

温水プールからのお知らせ <温水プール 主任/安藤万智子>



矢吹中学校の体験学習のため、2年生の野木君と塩澤君が、温水プールの仕事を手伝ってくれました。朝は清掃・準備をし、笑顔でお客様を迎えてくれましたし、利用者の皆様が気持ちよく来ていただけるよう、利用時間毎の更衣室の片付けや窓拭きをしてくれました。プールの監視などは、暑くて大変なのですが、責任感のある態度で行っていました。中学生の二人にとって、利用者の皆様と接し、話をしながら対応することは、大変だったろうと思います。慣れない仕事でしたが、一生懸命でした。ありがとうございます！

**ご案内** ホールにマッサージ器(2台)が設置されました。  
1回(10分)100円です。是非ご利用下さい。

「こだわりショップ R」(あゆるくん あゆる温泉内)からのお知らせ

「こだわりショップ R」出店事業所紹介 Vol.2



「町の逸品を多くの方に知って欲しい。温泉から町内の各商店へと、人の流れが出来てくれれば…と願います。」  
と熱っぽく語るのは、よりすぐり会々長の笹川さん。  
こだわりショップ R では、きじ釜めしや日替わりでの300円お惣菜などを毎日販売しています。



きじの里やぶき よりすぐり会 「お食事処 さゞ川」 矢吹町曙町115  
笹川 宣幸さん Tel 0248-42-3339

こだわりショップ R では町内共通商品券もご利用できます

「癒し屋」(あゆる温泉内)の“身体に効く”ツボ療法 <癒し屋 代表/湯澤徳雄>



「肩井(けんせい)」場所/肩の筋肉が一番高く盛り上がっているところ。首の付け根から腕の付け根の真ん中の部分。押すと気持ちが良い。両肩とも。

今月は肩こりについてお話させていただきます。肩こりは自覚症状であり、自分以外の人には判断出来ません。あくまでも肩こりを判断するのは「重いな」「はっているな」と感じている自分自身なのです。では、どういう人が肩こりになり易いかと言うと、長時間同じ姿勢で作業する人が一般的に多く、パソコンでの作業等ずっと同じ姿勢でいると肩の筋肉が固まってしまいます。あまりひどくならないうちに、ツボ療法で早めに治しましょう。(放っておくと、頭・首・背中までが病んでいきます。)

**※温泉に入浴しなくても治療できますので、お気軽にご来店下さい。**

「あゆる温泉食堂」(あゆる温泉内)からのお知らせ



あゆる温泉食堂  
小針善光さん、京子さん

あゆる温泉と共に15年が過ぎました。お客様に日頃の感謝の気持ちを込めて…

**ラーメン・うどん・そば 100円引き致します!!**

<11/19(日)~11/25(土)まで、先客(AM10:00~11:30)20名様限定>

**ご来店お待ちしております!**



**メニュー**

ラーメン 定食 そば  
うどん とり唐揚げ  
焼き鳥 焼きイカ  
その他 多数