

町民健康温泉の日

温泉で心も体もリフレッシュ!
町内温泉町民無料開放の日

二十四節気の日、町民皆さんが改めてその季節を感じるとともに、温泉につかって心も体もリフレッシュし、健康に取り組むきっかけとなるよう「町民健康温泉の日」と定め、**町民の方に限り** 町内の温泉施設の入浴料を下記のとおり無料にします。**西川町民の方は入浴料無料!!**

【町民健康温泉の日】

月日	節気	説明	月日	節気	説明
4月4日(月)	せいめい 清明	すべてのものが清らかで生き生きとするころ。	4月20日(水)	こくう 穀雨	降る雨は百穀を潤すとされる。春の季節の最後の節気。
5月5日(木)	りっか 立夏	暦の上ではこの日から立秋までが夏。	5月20日(金)	しょうまん 小満	いのちがしだいに満ちていくころ。
6月5日(日)	ぼうしゅ 芒種	稲や麦など穂の出る穀物の種を蒔くころ。	6月21日(火)	げし 夏至	昼間の時間が1年で一番長いころ。
7月7日(木)	しょうしょ 小暑	梅雨が明けて本格的に夏になるころ。	7月22日(金)	たいしょ 大暑	極熱の盛んなる時で、もっとも暑い真夏のころ。
8月7日(日)	りっしゅう 立秋	初めて秋の気配が見えるころ。	8月23日(火)	しょうしょ 処暑	暑さがおさまるころ
9月7日(水)	はくろ 白露	大気が冷えてきて、野の草には露が宿るころ。	9月22日(木)	しゅうぶん 秋分	昼と夜の長さがこの日を境に夜長の季節へと移るころ。
10月8日(土)	かんろ 寒露	霧が冷たく感じられ、本格的な秋が始まるころ。	10月23日(日)	そうこう 霜降	朝夕にぐっと冷え込み、霧が降りるころ。
11月7日(月)	りっとう 立冬	日脚も目立って短くなり、冬の気配がうかがえる。	11月22日(火)	しょうせつ 小雪	寒さが進み、冬の到来が感じられるころ。
12月7日(水)	たいせつ 大雪	本格的な雪が降りだすころ。	12月21日(水)	とうじ 冬至	夜が最も長い日、この日を境に日脚が伸びていく。
1月5日(木)	しょうかん 小寒	この日から寒に入り、寒さも本格的になる。	1月20日(金)	たいかん 大寒	一年の中で最も寒さが厳しいころ。
2月4日(土)	りっしゅん 立春	春の兆しが現れてくるころ。	2月18日(土)	うすい 雨水	雪が雨に変わり、雪や氷が解けだすころのこと。
3月5日(日)	けいちつ 啓蟄	「蟄虫(すごもりむし)戸を啓(ひらく)」の日のこと。	3月20日(月)	しゅんぶん 春分	昼と夜との時間は等しくなる。本格的な春が始まる。

二十四節気 と毎月 26日 は
フロの日で 無料!

【対象施設】

海味温泉 ・ 水沢温泉館 ・ 大井沢温泉館 ・ 月山志津温泉

※ 営業時間は各温泉施設にご確認ください。

《 次の項目に留意して温泉に入浴し、健康増進につとめましょう 》

1. 手足の先からかけ湯をし、半身浴から始め、一息ついたら全身浴しましょう。
2. 食事の前後や飲酒後は入浴を避けましょう。
3. 入浴は1日1回から始めて、多くても3回までにしましょう。

いや～ やっぱり
温泉は気持ちいいな～



【お問合せ】 西川町 健康福祉課 健康推進係 (保健センター内) TEL: 74-5057